
Благословение Свято-Успенской Почаевской Лавры

ГРЕХОВНЫЕ ПОМЫСЛЫ И БОРЬБА С НИМИ

Преподобные Оптинские старцы
ПОМЫСЛЫ

Помыслы стужающие и безпокоящие имеют многое различие: прилог, или приражение помысла, не имеет греха, но есть искус нашего самовластия, к чему оное преклоняется - к ним ли, или к сопротивлению им, а когда бывает сосложение и сочетание с оными страстьми, считается грехом и подлежит покаянию. Не в силах будучи сами противиться оным, должно прибегать к Богу, повергать свою немощь и просить Его помощи, просить и Матерь Божию о помощи на оные. Когда кто одолеваем бывает помыслами, то это знак, что предварила гордость, и потому надобно чрез оные более смиряться *(преп. Макарий).*

Ты не понимаешь, как это: "побеждать и побеждаться от нас зависит"? А как же иначе? приходит прилог какого помысла скверного; в твоей воле состоит принять оный или отвергнуть; когда сочетаешься с ним и сложишься, то уже пленилась и стала побеждена, а когда отвергла прилог, то победила... *(преп. Макарий).*

Сопротивляйтесь первому прилогу мысленному, сокрушайте младенцы вавилонские, пока они еще младенцы, - молитвою и смирением, а когда возрастут, то уже будут исполинами и трудно им сопротивляться *(преп. Макарий).*

О помышлениях же ваших святой Давид в книге псаломстей пишет так: *весть Господь помышления человеческая, яко суть суетна* (Пс. 93, 11). А посему и за грех не ставьте их, о чем я и лично вам говаривал, но вы привыкли безпокоиться по-пустому *(преп. Антоний).*

В разсуждении частого разговора вашего с помыслами своими также не должно смущаться вам и приходить в уныние, ибо помышления таковые, кажется мне, не больше, как сонная греза. Некоторые люди бредят только ночью в глубоком сне, а мы с вами грешные часто бредим и наяву... Врачевство на сие одно: Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешную и силою креста

Твоего огради моя помышления от суетного и душевредного парения! *(преп. Антоний).*

Что мрачные мысли нередко безпокоят вас, не смущайтесь, ибо мрачные мысли, как осенние облака, одни за другими находят и затемняют свет, но они и проходят, и небо остается чисто и приятно. Так и мысли наши побродят, побродят по белому свету, и ум усядется на своем месте, тогда и тихо, и весело бывает на душе. А уму нашему от скитания сего много способствует краткая, но часто повторяемая молитва Иисусова, к которой даруй вам, Господи, приобрести навык, и тогда ясные дни настанут для вас *(преп. Антоний).*

В последнем письме своем описываете вы о горьком и гордом помысле о муке вечной, и противник представил, что вы премудрее и справедливее Бога в своих суждениях! Видите, куда он вас поднял, - выше облак! Таких помыслов со смиренными не бывает, а вы страждете за превозношение свое и за многомыслие, ибо вы привыкли разговаривать сами с собою и думаете переспорить помыслы, но они отражаются молитвою Иисусовою и молчанием в мысли своей. Что делать, всякому человеку дан свой крест, который и должен он безропотно несть, ибо и сии негодные помыслы должны служить уроком к нашему смирению, а не кичению, ибо мы без Бога, своими силами, и с мухами не сладим *(преп. Антоний).*

...Тревожные мысли - хуже всего, коих и должно опасаться всегда *(преп. Антоний).*

А что вы в домашней молитве своей, а иногда даже и в церковной, ощущаете разные мысли и разсеяние, то это бывает так иногда невольно, а иногда и произвольно. Например, в Москве и Санкт-Петербурге почти безпрерывно проходят мимо окошек разносчики с разными мелочами и кричат: "купите, купите! продаю очень дешево". Чтобы не проходить им и не кричать, это не в нашей воле, а остановить их и вступить в разговор с ними и в разсматривание разносимых мелочей, это в нашей воле, и мы не без убытка бываем, когда купим у них что. Так должно разуметь и об мыслях. Чтобы они не приходили, это не в нашей воле, а разговаривать с ними в нашей, т.е. если усладимся нечистым воображением, от чего да сохранит вас Господь! *(преп. Антоний).*

Относительно помыслов надо быть осмотрительней и с плачем вопиять - Господи, прежде даже до конца не погибну, спаси мя *(преп.*

Иосиф).

Охранять свою душу от помыслов - это трудное дело, значение которого даже непонятно людям мирским. Нередко говорят: зачем охранять душу от помыслов? Ну, пришла мысль и ушла, чего же бороться с нею? Очень они ошибаются. Мысль не просто приходит и уходит. Иная мысль может погубить душу человека, иной помысл заставляет человека вовсе повернуть на жизненном пути и пойти совсем в другом направлении, чем он раньше шел. Святые отцы говорят, что помыслы есть от Бога, помыслы от себя, т.е. от своего естества, и помыслы от бесов. Для того, чтобы различать, откуда приходят помыслы, внушаются ли они Богом, или враждебной силой, или происходят от естества, требуется великая мудрость *(преп. Варсонофий).*

Вопрос: "Эти дни мне совершенно некогда было читать, самые разнообразные мысли не давали сосредоточиться, от этого даже пропала охота читать".

Ответ: "А вы выйдите на террасу, посидите, мирный вид на вас будет наводить молитвенное чувство. Стоит только взглянуть на нашу церковь... Помыслы отогнать не в вашей силе, а не принять - в вашей. Имя Иисусово отгоняет их. А иногда нарочно попускается помыслу безпокоить вас, надо терпеть помыслы, не соглашаясь, однако, с ними..." *(преп. Варсонофий).*

А если на молитве помыслы разсеиваются, то это дело обыкновенное - новоначальным нельзя не разсеиваться. Что касается до смущения твоего от помыслов, то средство одно: терпение и смирение *(преп. Анатолий).*

А что помыслы мутят, и ропот, и малодушие, то это обычный плод неправильной и слабой жизни. Но придет час, и ныне есть, егда мертвии (т.е. духом) услышат глас Сына Божия и услышавши оживут, то есть Духом Святым *(преп. Анатолий).*

А чтоб не досаждали тебе помыслы, что, дескать, и завтра, и послезавтра все то же будешь терпеть: это диавольское обыкновенное дело. Но сбудется не то, что диавол предсказывает, а что Бог велит. Что увлекалась в церкви помыслом - Бог да простит. Старайся только собирать помыслы. Это - дело монашеское *(преп. Анатолий).*

...Ты отчаиваешься и до того боишься открыть мне свои немощи, что и страх напал, и грудь стиснуло. Я сам человек грешный, но верую

Господу, Который сказал: *Аз приидох грешных спасти* (Ср.: Лк. 5, 32). А я грешник, стало быть, и меня спасет Господь. Вот страшно, кто грешит и не кается. А мы с тобой, сколько можем, стараемся покаяться. А потому не унывай. Помыслы борют очень многих, только смиренных не смеют тронуть. А мы смирения не имеем, вот и терпим безчестие. Этих помыслов ты еще не можешь отразить, а беги скорей к Иисусу, т.е. твори Иисусову молитву *(преп. Анатолий).*

Какие и в каком порядке приносятся врагами помыслы, во-первых, оскорбления и обиды, чтобы поколебать основание молитвы. Помыслы о земной славе и земном преуспеянии под видом добродетели и даже чего-то духовного; основа их - гордость *(преп. Никон).*

Согласие с помыслами греха есть общение с врагом, отсюда отступление от нас силы Божией и помощи *(преп. Никон).*

На вопрос твой, какие исповедовать надо помыслы. - Только те, которые борют душу, а о прочих много безпокоиться не надо, а то чрез это они будут более стужать *(преп. Иларион).*

Пишешь, грустишь о разлуке со мною, и томительные помыслы находят, что скоро, может быть, лишишься меня. - Грустить и загадывать вперед не надо, пользоваться будем настоящим и благодарить Бога *(преп. Иларион).*

В помыслах самохваления - надо смотреть свои грехи и помнить, что без помощи Божией мы ничего доброго и полезного не сделаем, наши одни только немощи и грехи. - Скорби от игуменьи неси без роптания и молись за оскорбляющих тебя - не будет трудно *(преп. Иларион).*

...Вы получили некоторое спокойствие по прибытии от нас, чему завидуя, злокозненный враг вооружился против вас и смущает различными помыслами, представляя будто бы благословные причины, стараясь оными поколебать основание, на коем вы, при помощи Божией, желали созидать здание добродетели и благоугождать Господу. Вторая причина, что вы, желая угодить Богу, хотите скоро взойти на высоту добродетелей и мните это возможным от вас, что ясно доказывает в вас духовную гордость (в чем вы и сами себя сознаете), что, не находя деятельных плодов добра, которыми могли похвалиться, самое редкое желание добра служит ей (гордости) пищею. Эта причина доставляет удобный приступ врагу к сильному на

вас нападению попущением Божиим. Вот вам две главные причины вашего смущения и безпокойства... *(преп. Лев).*

...Какие бы ни возстали волны на твою душу, всегда прибегай ко Христу. Спаситель, Он придет на помощь и укротит волны. Ты веруй, что Господь смотрительно устроил тебе таковую жизнь к исцелению, не отвергай ее и не ищи телесного спокойствия и мнимого мира, прежде подобает много потрястися и потерпети: ежели будешь иметь откровение помыслов, то оное много облегчит твою брань и будешь больше иметь спокойствия, нежели сама собою *(преп. Лев).*

Отцу А. лихорадкою движимые помыслы ехать на родину можно извинить, а согласиться на оные не должно. Если бы он на тот свет поглядывал чаще, то лучшие бы имел помыслы. В случае его неуспокоения надобно отозваться на старца, без коего благословения ничего не должно принимать и делать *(преп. Моисей).*

Враг наш невидимый сам же вложит мысль греховную в душу человека, да тут же и запишет ее, как его собственную, дабы впоследствии на Страшном Суде Божием обвинить человека *(преп. Амвросий).*

Господь тебя избавит от всех недолжных помыслов, только смиряйся *(преп. Амвросий).*

Когда найдет день, что будто хорошо живешь - весело и покойно, а вдруг сделается безпокойство, и помыслы будут тебя смущать, тогда скажи себе: что ж ты теперь смущаешься? А помнишь, когда была покойна *(преп. Амвросий).*

Против помыслов немощных молись Господу: "от тайных моих очисти мя" и прочее и будешь получать облегчение... *(преп. Амвросий).*

...Пишешь... что тебе приходило сильное желание умереть, и не боялась смерти, все это обольщение вражие *(преп. Амвросий).*

Когда найдут смутные помыслы, тогда молиться: "Да воскреснет Бог" и поклон. - "Богородице Дево" три раза и за каждым разом поклон. - "Достойно есть" и поклон *(преп. Амвросий).*

...Вся эта противоречащая путаница есть действие врага, который борет и десными и шуиими, то тоскою и страхом, то высокоумием и самонадеянностью, а когда отвергают его внушения, то опять шепчет: "благоже, благоже сотворил, победил, соделался велик". Тебе сильно казалось, что действительно пришла в меру совершенства, а сама пишешь, что голова пустая, душа, как разграбленная храмина, что с

трудом привыкаешь к устной молитве, а четочного правила ни разу не выполнила, потому что, как только за него берешься, начинает тебя сильно ломать. Откуда же взялось твое совершенство? Видим, что тут явное противоречие, которое прежде всего врачуется искренним покаянием и чистосердечным исповеданием "кому следует" *(преп. Амвросий).*

Вперед будь осторожна и осмотрительна при внушениях благовидных помыслов от врагов душевных. Как бы благовидны помыслы эти ни были, но ежели они приносят смущение и отчаяние, то это волки в овчих кожах, говорит Варсануфий Великий *(преп. Амвросий).*

ПОМЫСЛЫ НА МОЛИТВЕ

Не удивляйся тому, что во время службы находят тебе помыслы различные: когда ты принимаешься за оружие против врагов, т.е. молитву, то и они на тебя вооружаются сильнее прилогами помыслов. Прибегай ко Господу на них молитвою и не смущайся: они исчезнут, а когда будешь смущаться, видя, что оные не оставляют тебя, то сим больше их на себя вооружаешь, а когда со смирением стоя вопиешь на них к Богу, то и успокоишься... *(преп. Макарий).*

Ты пишешь, что несколько дней непрестанно борют тебя разные помыслы, которые и объяснить затрудняешься ты. В особенности они смущают тебя во время пения, чтения и церковного служения. Этому удивляться нечего и не надобно смущаться: помыслы лезут в ум твой против твоего желания, а ты, по немощи твоей, согласуешься с ними и смущаешься. Молитва есть оружие против диавола; ты на него вооружишься, и он противостает тебе помыслами, но ты, вместо того чтобы смущаться, кайся пред Богом и смиряйся, сколько бы раз ни случилось тебе увлечься мыслями. Когда будешь иметь залог смирения, то враг не может противостать оному. Итак, не смущайся, а кайся! Бог приемлет молитву смиренных *(преп. Макарий).*

Когда становимся на молитве, тогда враги ополчаются против нас, влагая разные помыслы и представляя неподобные мечты, стараясь

отторгнуть от молитвы или ввергнуть в уныние. Но мы должны иметь благое произволение о приношении молитвы и стараться о собирании бродящих мыслей наших в словеса молитвы, но при нашествии оных не смущаться, а, познавая свою немощь, каяться пред Господом. Смущение за нашествие помыслов показывает малодушие наше, происходящее от гордости, мы хотим видеть себя чистыми пред Богом, по примеру фарисея, а не грешными, как мытарь. Оттого-то нам и не дается чистота молитвы, что мы возмним о себе нечто высоко, а *еже есть в человецех высоко, мерзость есть пред Богом* (Лк. 16, 15). Так лучше при недостатках наших смиряться и каяться, нежели смущаться, а при исправлении не высокомудрствовать *(преп. Макарий).*

БРАНЬ С ПОМЫСЛАМИ

Прогонять помыслы, противиться им могут только святые, а нам от них надо бегством спасаться... сразу у вас нет своих сил бороться с помыслами, то будете призывать Господа Иисуса, и имя Его будет прогонять от нас помыслы. В грех они, как я уже сказал, поставиться не могут. Например, разве вы виноваты, что, когда отворили дверь кельи, вас охватил ветер и засыпало снегом. Никакой в этом вины нет. Но раз вы видите, что вам не под силу идти по такой вьюге, то можно спастись только бегством, именно, захлопнуть дверь. А другой, покрепче, он, подобно Давиду, выходит на единоборство, но не с голыми руками. Заметьте, с чем вышел Давид на Голиафа - с камнем. А что значит камень? *Камень же бе Христос* (1 Кор. 10, 4) *(преп. Варсонофий).*

...Иногда уходят из храма из-за помыслов. Это, конечно, неразумно. Враг подымает брань помыслов с целью вывести из храма. Не должно поддаваться врагу. В большинстве случаев у молодых бывают блудные помыслы, а у старых - помыслы гнева, воспоминание старых обид. Враг как бы говорит: "Ты помнишь, такой-то вот тебя оскорблял при всех, а ты смолчал, ни слова ему не сказал. Эх ты! А ты ему вот что, да вот что сказал бы..." Иногда от подобных помыслов иной весь вспыхнет от гнева. Надо бороться... *(преп. Варсонофий).*

Когда безпокоят помыслы, или смущают, или тревожат, то не надо входить в разговор с ними, а просто говорить: "Да будет воля Божия!" Это очень успокаивает... *(преп. Варсонофий).*

Да помыслов долго не держи. Пишешь, что у монахини их быть не должно: да к кому же им и лезть, как не к молодой монашке; у старой им поживы мало, те уж искусились, а молодых демоны и томят и тоскою, и другими страстьми. От этого молоденькие делаются искусными: муж не искушен - неискусен *(преп. Анатолий).*

Мимолетные мысли, к которым сердце не прилепляется, быстро проходят, как в калейдоскопе. Ум наш никогда не останавливается, всегда занят. Дурные мысли не надо считать своей неотъемлемой собственностью, они не от нашего естества. Не может один и тот же ум и славословить Бога, и хулить. На такие мысли не надо обращать внимание, надо выбрасывать их, как сор, как нечто постороннее. Если же какая-либо дурная мысль неотступно приходит на ум и сердце к ней прилепляется, сочувствует ей, тогда надо приложить все силы, чтобы выбросить ее с помощью молитвы Иисусовой и исповеданием старцу (преп. Никон).

Вси языцы обыдоша мя, и именем Господним противляхся им: обышедше обыдоша мя, и именем Господним противляхся им: обыдоша мя яко пчелы сот, и разгорешася яко огнь в тернии: и именем Господним противляхся им (Пс. 117, 10-12). Эти слова относятся к Иисусовой молитве. Вот как надо бороться с помыслами *(преп. Никон).*

...Нам не надо никогда останавливаться на помыслах. Пусть идут мимо, если они пришли к нам, отражайте их Иисусовой молитвой. Пусть не находят они в сердцах ваших сочувствия себе. Старайтесь очищать свои сердца, для этого-то и необходима... кроме молитвы Иисусовой, памяти Божией, тщательная и откровенная исповедь... *(преп. Никон).*

...Когда заметишь, что какая-нибудь мысль долбит постоянно и сердце к ней прилепляется, вот тогда это ужасная опасность; скорее

надо бороться, чтобы выбросить ее, молитвой Иисусовой прогоняй, а если все же не в силах, исповедуй старцу *(преп. Никон).*

Враг рода человеческого не дремлет, ему хочется запнуть стопы человека, сбить его с дороги. Он борет человека всевозможными способами и средствами, он возбуждает мысленную брань, то есть борьбу с грехом в мыслях человека, с целью ввергнуть человека в грех и делом. Тяжела эта борьба. Доводит она иногда человека до уныния и разслабления, даже до согласия на грех.

И вот это согласие на грех уже погрешительно перед Богом. И в нем нужно каяться. Но если удержался человек, не впал в грех самым делом, то, значит, не запнулись стопы его, не споткнулся он. Но лишь человек выпустит веления закона Божия из памяти своей и из чувства сердца своего, грех прельщает его, и он падает, запинаются стопы его, он сбивается с дороги, греша уже не мысленно только, но и делом *(преп. Никон).*

Господь ждет: куда склонится наше сердце - сохранит верность Ему или предаст Его из-за временной сласти греха.

Сказали святые отцы: "отсеки помысел - отсечешь и все". Очень важно помнить, что всяким согласием с грехом, а через грех и с бесами, мы предаем Господа, предаем Его за мерзостную цену греха. Кого и на что мы промениваем?! Личное несогласие на грех и борьба против него молитвою и исповедью - необходимы *(преп. Никон).*

Тщеславные помыслы необходимо объяснять, тем только и можно их победить *(преп. Иларион).*

Твои слова "я и сама вижу, что действие вражие, а не соодолею помыслу злобному" оттого, что не имеешь оружия: самоукорения и смирения *(преп. Лев).*

Гордым и самонадеянным помыслам о совершенстве противопоставляй крайнее смирение пред Богом и людьми, выставляя себе прямо на вид, что ты и устной молитве еще не научилась, и

келейного правила не исполняешь. Откуда же вдруг явилось совершенство? *(преп. Амвросий).*

Многоразличные внушения вражии считай наравне с хульными помыслами и старайся презирать их, молясь псаломским словом: *Боже, в помощь мою вонми: Господи, помощи ми потщися. Да постыдятся и посрамятся ищущии душу мою, да возвратятся вспять и постыдятся хотящии* (мыслящии) *ми злая* (Пс. 69, 2-3). Когда же будут враги внушать похвалу и гордостное возношение, то продолжай следующий стих, глаголя: *да возвратятся абие стыдящеся глаголющии ми: благоже, благоже* (Пс. 69, 4). Также приличное и в приличное время произноси из 39-го псалма, начинающегося так: *терпя потерпех Господа, и внят ми и услыша молитву мою* (Пс. 39, 2) и прочее по избранию до конца. Иногда же против гордых помыслов молись, как молился некто из древних отцев, глаголя: "Господи, чужда есмь всякого блага и исполнена есмь всякого зла: помилуй мя единым милосердием Твоим". И повторяй это много раз, если возможно, с земным поклонением. Главное же, старайся удержать веру и упование спасения, что Господь хощет всем спастися и в разум истины прийти. Враг же только силится удалить человека от спасительного пути разными нелепыми внушениями, и устрашениями, и возможными искушениями, чтобы как-нибудь поколебать человека и отвратить от истинного пути, и хотя он иногда, аки лев рыкая, ходит иский кого поглотити, но святой апостол Петр увещевает противиться ему твердою верою и упованием на Господа, что Он не оставит нас и силен упразднить и разрушить все козни вражии, как слышим часто в тропаре мучеников, которые, имуще крепость от Господа, мучителей низложиша и сокрушиша демонов немощныя дерзости *(преп. Амвросий).*

Когда за работою по послушанию стужают злые помыслы, оставь работу и положи 33 поклона, смиренно призывая милость и помощь Божию *(преп. Амвросий).*

Спрашиваешь: как лучше, скорбеть ли о помыслах или не обращать на них внимания? И то и другое не твоей меры, т.е. не следует тебе безтолково скорбеть, и не можешь еще презирать

помыслов, а следует тебе со смирением обращаться к Богу и молиться. Только во время молитвы должно стараться отвергать всякие помыслы и, не обращая на них внимания, продолжать молитву, если же стужение помыслов очень усилится, то опять должно просить против них Божией помощи *(преп. Амвросий).*

ПОМЫСЛЫ БЛУДНЫЕ

Ежели ж ты повинишься помыслам, влекущим тебя в мир и приносящим удовольствие от плотских наслаждений, то что безумнее этого? Будь уверена, что ни на малое время не получишь утешения, а томление и мучение совести всегдашнее обрящешь, когда же будешь противиться, то помощию Божиею и убежит от тебя враг *(преп. Макарий).*

Когда же и случится ниспасть чрез сложение и пленение помыслов в помрачение мысленное и плениться, то, не закосневая, припадай ко Господу с покаянием, смирением и сокрушением сердца, а не предавайся отчаянию, еще горшему самой страсти. Ищи же вины, откуда пришло сие, что тако пострадала? А вины суть: гордость, мнение о себе, уничижение и осуждение других, сластопитание, излишний покой, сообращение с полом противным, и старайся удаляться, сколько можно, всего оного, а паче старайся смиряться, ибо, по слову святого Лествичника: где есть падение, тамо предварила гордость (Степень 23). Не закосневай в откровении, и это приводит к смирению, обличив себя пред другим; помнишь, когда сокрывала, что пострадала? *(преп. Макарий).*

Но ты хочешь знать и о движении похотном? Ежели оно просто движется, без нашей воли, но от естества, - это не есть побеждение. Но надобно не услаждаться оным, а зазирать себя, просить помощи от Бога и находить в себе вины; ибо и кроме естества попускается брань сия за возношение, за осуждение, за излишний покой и разрешение (на пищу). О всем сем подробно есть у св. Исаака Сирина в 77 Слове *(преп. Макарий).*

От помыслов, которых не любишь и, по крайней мере, от которых стараешься избавиться - не погибнешь. Только кайся и смиряйся. И Бог простит тебя. А что враг рисует тебе мирскую жизнь и супружество - это его обычное дело. И в древние, и в нынешние времена блуд и мнимый покой мирской - суть самые первые орудия диавола против монахов. Но когда ты увлекаешься ими и после каешься, Бог не поставит тебе сего во грех *(преп. Анатолий).*

...Не предавай самовластия твоего первомыслию прилогов, которые по сложении с ними возжигают сласть в теле *(преп. Макарий).*

От блудных помыслов средства: смирение, самоукорение, воздержание, а паче всего - любовь к ближним - к слабым, немощным, больным, плененным страстями сестрам *(преп. Анатолий).*

Тягчайшие брани помысла: блуд, уныние. Надо смиряться. Смирение привлекает помощь Божию. Растлевающее действие блудных помыслов от услаждения ими - надолго отступает благодать Божия, привлечь которую опять можно только покаянием искренним и воздержанием от этих помыслов *(преп. Никон).*

...Страстные волны и <бури> чрез помыслы и сонно-мечтаниями обуревают твою душу, и во оных находишь себя виновною нерадением, леностию и прочим. Это справедливо, что вины подаешь, но во всех оных твоих поползновениях всегда приноси Богу покаяние с сокрушенным сердцем и всегдашним самоукорением, и Бог не попустит возобладать врагу твоим сердцем, только ты сама, сколько можно, сопротивляйся страстным помыслам, не допускай их до сердца, а прибегай к Богу молитвою и сознанием своей немощи. <Хорошо и> об страстных делах не иметь никаких разговоров, кроме откровения <духовной> матери, которое весьма бы было для тебя полезно, но я вижу, ты по оным пред нею закосневаешь от стыда, и сие есть вид гордости *(преп. Лев).*

...Упоминаете, что иногда блудною мыслию побеждаетеся и сребролюбием, не иметь таковых совершенно мыслей свойственно только естеству ангельскому, а не человеческому. Нам же, ежели что и

когда прилучится чем и поползнуться, то немедленно прибегаем с покаянием, себя же укорением ко Врачу Небесному; человеколюбивый Господь мало того что прощает наши безчисленные грехопадения, но еще и в сыновление приемлет истинно кающихся, для сего-то Он, пришедший на землю, стал призывать сперва грешников, дабы никто из нас своего спасения не отчаивался *(преп. Лев)*.

Смиряйся пред младшими тебя, живи воздержанно, не наедайся до сытости, ибо от сего умножаются помыслы. Если будешь себя очень смело и вольно держать, то не миновать тебе лютой плотской борьбы *(преп. Иосиф)*.

В страстных и греховных помыслах не должно разбираться, но употреблять против них меч духовный. Это тебе и В. говорю, а размышлять о страстных помыслах и разбирать их - только усиливать их. От пристрастия да хранит всех Господь. Исповедовать свои помыслы надо с сердечным сокрушением, с сознанием своей греховности, с покаянием, так же и выслушивать исповедь надо с молитвою, то и вреда не будет. А лишних разговоров или подробных разъяснений не надо делать *(преп. Иосиф)*.

Значит, тебя обманывает лукавый и льстит. При напоре блудных помыслов клади поклончики по силе. А без брани ни одна душа не вошла в рай. Победители же венчаются *(преп. Анатолий)*.

Против нечистых помыслов меч духовный употребляй - имя Божие. Покаяние надо приносить Господу; не должно и от духовного отца скрывать. Объявляемые струпы скоро исцелеют *(преп. Иосиф)*.

ПОМЫСЛЫ О САМОУБИЙСТВЕ

Братья твои Владимир и Василий и сестра Вера люди свободомыслящие. - Жаль их. Но что же делать? Молись о них усерднее такою молитвою: "Устрой, Господи, о братьях моих и сестре

(имена) полезное и спасительное по воле Твоей Святой". - Сестре твоей Вере, склонной к самоубийству, великую пользу могла бы принести искренняя и смиренная исповедь пред духовным отцом в своих заблуждениях *(преп. Иосиф).*

ПОМЫСЛЫ ХУЛЪНЫЕ

Очень жалею о твоем смущении, от врага происходящем. Ты считаешь себя такою грешницею, что и подобной нет, не понимая того, что враг борет тебя хульными помыслами, влагая в мысль твою неподобные и неизъяснимые слова его, а ты думаешь, что они от тебя происходят, а ты, напротив, не имеешь оных, но ужасаешься, скорбишь и смущаешься, тогда как они совсем не твои, а вражеские; твоего участия в них ни малейшего нет, и даже в грех вменять их не должно, а надобно быть спокойным, нимало не обращая на них внимания и ни во что вменяя, они и исчезнут. А когда ты смущаешься о сем, скорбишь и отчаиваешься, то врага это утешает и он еще более на тебя оными возстает. Ты отнюдь не считай их за грех, то и успокоишься; какая тебе нужда скорбеть за грехи врага, он и на небе хулил Господа... Но с твоей стороны вот какая вина и грех: ты думаешь о себе много, увлекаешься гордостию, зазираешь других, осуждаешь их и подобное, и мало о сем печешься, за то-то и попускается на тебя этот бич, чтобы ты смирилась и считала себя последнейшею всех, но не смущайся, ибо смущение-то и есть плод гордости. Перестань осуждать, не думай о себе много, не презирай других, то и отойдут хульные помыслы *(преп. Макарий).*

Но помыслы сии хотя не суть грех, но попущением Божиим находят от врага за возношение наше, за мнение о себе или о своих исправлениях и за осуждение ближних. Когда человек, познав в этом свои грехи, смирится и не станет осуждать других, а принесет о сем покаяние, то получает от них освобождение... *(преп. Макарий).*

Хульные помыслы старайся не принимать и не веруй им, и Господь простит тебя. Когда помыслы находят, не принимай их и не отражай, а тем больше не заклинай их и не противоречь - это не твоей меры! А прибегай к Господу с молитвою и смирением. Блудный

помысл и боязнь попускаются за гордость нашу. Укоряй себя и старайся не глядеть на соблазняющего - и минует искушение *(преп. Анатолий).*

А что помыслы скверные лезут - не смущайся. Они и к старухам лезут. Да те как знают, что Бог за раскаянные помыслы не наказывает, то и не боятся их *(преп. Анатолий).*

...Сомнения, все равно как блудные помыслы и хулы, надо презирать, не обращать на них внимания. Презирайте их - и враг-диавол не выдержит, уйдет от вас, ибо он горд, не вынесет презрения. А если будете входить с ними в разговоры, ибо все блудные помыслы, хулы и сомнения - не ваши, то он закидает вас, завалит, убьет. Верующий человек, любящий Бога, не может хулить, а тем не менее замечает в себе две нити: и любит, и хулит. Очевидно, что есть еще какая-то сила злая, навевающая сомнения. Заметьте, ведь это - серафимский ум. Поэтому нисколько не удивительно, что он может возбудить, поднять сомнения, да еще какие! Не обращайте на них внимания. Сколько было искренних верующих людей, которые сильно пострадали оттого, что принимали эти сомнения, разсматривали, разсуждали... Поэтому надо презирать эти сомнения, и хулы, и помыслы блудные, тогда они вам нисколько не повредят, особенно если будете их открывать старцу-наставнику. Но открывать их надо не подробно, иначе можно повредить и себе и старцу. Особенно блудные помыслы засыпать, закрыть надо навесом... эту смердящую яму, а не копаться в ней *(преп. Варсонофий).*

Ты испугалась помысла, который тебе шепнул, что ты будешь святая: что ж тут страшного, а даже очень хорошо. И мы тогда стали бы чествовать тебя. Но только знай, что настоящие святые, совершившие все добродетели, считали себя в глубине сердца худшими всех, хуже тварей, хуже бесов. А мы с тобой не начинали еще добрых дел. А пугаться его нечего. Это диавольское дело - хульный помысл. Ты не принимай только его, т.е. не медли в нем и не увлекайся им, а смущаться тут нечем, мы знаем, что ты еще не преподобная *(преп. Анатолий).*

Хульные помыслы умножаются и укрепляются от гордости и осуждения других. Поэтому того и другого остерегайся, и хульные помыслы увянут. Так же презирай их, как лающих щенков, потому что они не твои, а враг хулит, и за них не будешь отвечать Богу *(преп. Анатолий).*

...Необходимо тебе в настоящее время иметь в виду и твердо помнить совет Исаака Сирина; он пишет в 56-м Слове: "когда человек, заботясь об очищении внутреннем, милостию Божиею будет приближаться к первой степени духовного разума, т.е. разумения твари, тогда враг от зависти сильно вооружается на него хульными помыслами. И ты... да не станеши в стране сей без оружий, да не вскоре умреши от подседающих и прельщающих тебя. Да будут же тебе оружие слезы и частое пощение. И охраняйся же прочести догматов еретических; сие бо есть вооружающее на тя яко наимножайше дух хулы. Егда же насытиши чрево твое, да не возбезстудствуеши испытати что от божественных вещей и разумений, да не раскаешися. Во чреве наполнение разума тайн Божиих несть". Внимая сим словам сего великого отца, старайся иметь посильное воздержание в пище и в питии и сокрушенное и смиренное пред всеми сердце, чтобы прибрести спасительный плач о прежних и настоящих согрешениях и чрез то сохранить себя безвредно в настоящем твоем искушении от духа хулы. Знай, что враг, если не может кому сделать вреда, то по злобе своей силится по крайней мере смущать его, досаждать ему разными помыслами и злыми внушениями *(преп. Амвросий).*

...Ты не можешь сознавать себя грешнее и хуже других. Чувство это явно горделивое, от которого и рождаются, и укрепляются хульные помыслы и хульные глаголы, как свидетельствует святой Лествичник, говоря: "корень хулы есть гордость". Если желаешь смирить себя, то помни всегда слово одного святого, глаголющего, что самая исправная жизнь человека-христианина подобна только купели, а заповеди Божии подобны неизмеримому морю, как глаголет псаломник Господу: *заповедь Твоя широка зело* (Пс. 118, 96). Если сравнить великое море с малою кадочкою воды, то и нечем будет возноситься возносящемуся. Не вотще говорит и Апостол: *вси согрешиша, и туне оправдаеми*

благодатию Христовою (Ср.: Рим. 3, 23-24). Чтобы смирить себя, прими в помощь и слова преподобного Григория Синаита, написанные в 115-й главе, и почаще повторяй их себе. Знай, что кроме смирения и слез невозможно избавиться от хулы *(преп. Амвросий).*

А хульные помыслы известно за что борют: первое - за возношение, второе - за осуждение. Смирись, не думай о себе, что ты лучше других, не зазирай никого, а себя за согрешения и поползновения укоряй, то и хульные помыслы утихнут. Впрочем, во всяком случае, не смущайся - невольные хульные помыслы святые отцы не считают грехом, а их причины - грех *(преп. Амвросий).*

Знай, что хулу, внушаемую врагом на кого-либо, вполне повторить грешно, и вредно, и оскорбительно *(преп. Амвросий).*

Если придут хульные помыслы и осуждающие других, то укоряй себя в гордости и не обращай на них никакого внимания *(преп. Амвросий).*

Свят. Димитрий (Ростовский)
ИЗ КНИГИ "ВРАЧЕВСВО ДУХОВНОЕ НА СМУЩЕНИЕ ПОМЫСЛОВ"

Поскольку многие по наветам врага угнетаются и смущаются злыми мыслями, особенно же хулъными, то полезно, чтобы мы познали их и поняли, когда они являются грехом и когда нет, и чтобы научились врачевать их и отгонять от себя.

Мысли, смущающие нас, бывают троякие: мысли нечистые, мысли неверия и мысли хульные. Врачевство этих смущений состоит в следующем. Необходимо рассуждать, что нет никакого греха в злых мыслях, когда воля и разум человеческий не попускают тем злым мыслям, особенно же, когда ненавидят и не хотят их. Но когда разум и воля человеческая добровольно услаждается ими и, благоволя им, удерживает их в сердце своем, тогда те же мысли являются смертным грехом. А поскольку смущаемый такими помыслами и не благоволящий о них мятется, думая, что он согрешает, то необходимо сказать, что он только прельщается диаволом по своему малодушию и по неведению разницы между помышлением и соизволением. Ибо еще не соизволяем мы, когда помышляем, и только тогда есть соизволение, когда мы любим злые мысли, услаждаемся ими и желаем их усердно, приумножая их в уме нашем. Если же мы их ненавидим и не хотим их, но сами они идут нам на ум, хотя мы отвращаемся от них, тогда имеется верный признак того, что нет нашего соизволения на них, и тогда нет нужды смущаться о них в совести своей, ибо тем большую мзду мы восприимем от Бога, чем сильнее они угнетают нас, а мы терпим, не соизволяя на них. У многих появляются неверные и хульные мысли о Боге, о Пречистой Богородице или Божиих святых. Так, бывает, что когда кто воззрит на Тайны Христовы, тотчас нападают на него, подобно темному облаку, хульные мысли, хотя бы он и не хотел их. О таковых злых помышлениях, приходящих к нам без воли нашей, не нужно безпокоиться, а считать их за ничто ипрезирать их, как будто их совсем не было, и не возбуждаться ими до скорби. Ибо это утешит врага нашего диавола, когда он увидит нас скорбящих о

сем, смущающихся и сомневающихся; тогда он наведет на нас еще больше мыслей, смущающих совесть нашу. Но когда он увидит, что мы презираем хульные мысли, нерадим о них, когда увидит, что мы не скорбим и не печалимся, тогда посрамленный диавол убежит от нас, а мы пребудем в покое и без смущения. Главное - нужно только не попускать. Но некоторые думают, что, помышляя подобное, они попускали, и безпокоятся о том. Это одно малодушие. Ведь уже то есть явное показание безгрешия и несоизволения, что они болезнуют и печалятся, ненавидя наносимые диаволом злые мысли. Ведь диавол, пытаясь всяческими кознями оскорбить нас, между прочим и тем старается причинить нам печаль, что вкладывает в ум наш хульные мысли на Бога или на святых Его, или на Божественные Тайны; но он нисколько не преуспеет, если мы пренебрежем им и отринем от себя смущение, нисколько не печалясь о его наветах. Что успели те два скверные старца, о которых пишет Даниил пророк и которые восстали на чистую Сусанну, желая осквернить ее? Ничего они не успели, ибо пренебрегла ими Сусанна и не соизволяла их скверному намерению. Точно так же нисколько не успеют и помыслы хульные и скверные, когда не соизволяем и пренебрегаем ими, как и Сусанна нечистыми старцами.

ИЗ "ЛЕСТВИЦЫ" СТЕПЕНЬ 23

УЖАСЕН корень гордости, от которого рождается неизглаголанный отросток хульных помыслов; он многим доставлял великое отчаяние и безнадежие. Сии прескверные мысли имеют обыкновение часто появляться именно во время святых собраний и хулить Господа в самый час освящения Тайн. Душа наша не повинна в них, и в этом мы убеждаемся из того, что не сама она вещает в мыслях сии хульные глаголы, но богоненавистный бес, который и с небес был свержен за то, что и там Господа хулил. Этот прелестник часто и очень многих приводил в исступление ума, именно тех, которые безрассудно внимали его хулам и поддались скорби и печалям по своему неразумию; там, где подобало смеяться над наносимым бесовским хулением, они опечаливались и доставляли бесу радость тем, что вменяли себе в грех мысли хульные, которые на самом деле не только

не являются грехом, но даже служат для несоизволяющих к умножению небесной награды за терпение. Итак, пусть никто не считает себя повинным в помыслах хульных, ибо Господь - сердцеведец и знает, что хульные глаголания в уме нашем принадлежат не нам, но врагам нашим.

Когда мы становимся на молитву, эти нечистые и неизглаголанные помыслы восстают, но по окончании молитвы тотчас уходят от нас, ибо не любят они иметь дело с теми, кто не борется с ними. Безбожные мысли не только хулят все божественное, но вещают нам некоторые срамнейшие и неподобные словеса, чтобы мы или молитву оставили, или же отчаялись; однако, нет нужды их слушать.

Многих же неразумных хульные мысли отклонили от молитвы и отлучили от божественных Таинств. У некоторых тела истаяли печалью, других постом удручили эти лукавые и безплотные томители, но никто из них не получил облегчения. Так случалось не только с теми, кто в мире живет, но и с теми, которые проводят иноческую жизнь; и все они не только не получили спасения, но оказались более окаянными, чем неверные и поганые. Итак, да не слушает их никто, ибо послушавший их прельстится и станет предметом поругания для врага. Кто хочет избавиться от хульных мыслей, угнетающих его, пусть твердо знает, что не душа его повинна в этих мыслях, но бес нечистый, который некогда сказал Господу: "Сия вся Тебе дам, аще пад поклонишися ми" (Мф. 4, 9). Так и мы, уничтожая его и презирая наносимые им мысли хульные, скажем ему: "Иди за мною, сатано" (Мф. 4, 10); Господу Богу моему поклонюся и Тому единому послужу, тебе же никогда; и пусть болезнь твоя обратится на главу твою, и на тебя сойдет хула твоя в нынешний и будущий век. Аминь.

Кто думает бороться с хульными мыслями иначе, чем это изображено выше, тот подобен человеку, который хочет молнию схватить своими руками. Ибо как он может уловить их и бороться с ними, когда они мелькают в сердце, подобно ветру, и лишь только он скажет слово, они уже безследно исчезают? Все силы его стоят, напрягаются и медлят, и бесплодно пропадает время, а помыслы

хульные никогда не медлят: они внезапно появляются и внезапно исчезают.

Бес обычно всячески старается нанести такие помыслы на простых и не сведущих, которые больше всех смущаются и волнуются, не понимая, что нет никакого греха в этом. Эти несведущие страдают не от гордости своей, но от зависти бесовской и своего невежества.

Не будем же осуждать ближнего и да не устрашимся помыслов хульных, ибо чрез первое мы станем повинны во втором.

Один монах, угнетаемый сим бесом, то есть хульными помыслами, до двадцати лет изнурял плоть свою постом и бдением, но потом, не ощущая никакого успеха, пошел к некоему великому среди отцов святому мужу и, описав на хартии страсти хульных помыслов, отдал ее в руки святому, а сам пал к ногам его и, лежа лицом на земле, не смел воззреть на сего мужа святого. Отец, прочтя написанное, улыбнулся и, подняв брата, сказал ему: "Возложи, чадо, руку твою на выю мою"; и когда это сделал брат, великий муж сказал: "Да будут на моей вые, брат, сии твои грехи помыслов хульных, которые ты считаешь за грехи, но которые суть ничто, и поэтому больше не смущайся о них, не скорби и не считай их за грехи, ибо они, поистине, только прелесть бесовская, которая смущает неразумных". И почувствовал тот монах, что безследно исчезли страсти хульные еще прежде, чем он вышел из келии старца.

ИЗ "ПАТЕРИКА"

БРАТ спросил некоего старца о хульных помыслах, говоря: "Опечалена, отче, душа моя лукавым бесом хульным; но сотвори милость, скажи мне, откуда появляются помыслы хульные и что мне делать?" Старец ответил: "Хульный помысл происходит от оклеветания, от укора и осуждения, от лености и своеволия, и от гордости; вот откуда появляются в мыслях хулы. Если человек не сопротивляется им смирением и уничижением самого себя, то

пребудет окаянная душа его в злобе, в бесе блудном или в исступлении ума".

Часто укорять себя пред Богом, смиряться, не осуждать - вот что сильно в отгнании хульных помыслов.

ИЗ "ПРОВЕЩАНИЙ ОТЕЧЕСКИХ"

НЕКИЙ брат, угнетаемый духом хульным, стыдился исповедаться. Всюду, где слышал о великих старцах, он шел к ним, чтобы исповедать свои хульные мысли, но когда приходил, стыд возбранял ему исповедаться. Когда он стал часто приходить к авве Пимену, то старец прозрел, что тот имеет некие помышления, и сказал ему: "Вот ты много раз приходишь ко мне с помыслами и снова со скорбью уносишь их с собою, не исповедав мне. Скажи же мне, чадо, что имеешь?" Брат же со стыдом произнес: "Хульными мыслями враг смущает меня, и я стыжусь сознаться в этом". Как только произнес это брат, он тотчас ощутил отраду, и старец сказал ему: "Не печалься, чадо, о сем; когда же придет к тебе хульный помысел, ты скажи: я не нуждаюсь в этой мысли, пусть хула твоя, диавол, отселе на тебе пребудет, ибо помысла твоего не хочет душа моя. Ведь всякие мысли, которых душа не хочет, не долго медлят, но скоро исчезают, как дым". Итак, брат, получив пользу, ушел, благодаря Бога за то, что Он чрез сего старца научил его, как избавляться от хульных помыслов.

ИЗ "ЖИТИЙ СВЯТЫХ"

К ПАПЕ Григорию в Риме пришел некий епископ исповедаться в том, что он объят тьмою помыслов хульных на Бога, скорбь о чем иссушила плоть его, и он уже впал в отчаяние. Услышав это, папа сказал ему: "Ты - епископ и не знаешь козней бесовских! Ведь тот искони враг; когда он видит кого добро творящим и не может положить ему преткновения, чтобы пал он, тогда нападает на него помыслами хульными, чтобы смутить совесть его, расстроить ум его, отторгнуть от добродетели и низринуть в бездну отчаяния. Ты же то

разумей, что помыслы хульные суть ничто и они никак не могут вредить тем, которые небрегут о них и не иссушают ими сердца своего; и только тем они вредят, которые по малодушию и неведению считают их своим грехом и изнемогают от скорби суетной. И сбывается на них слово Давидово: "Тамо убояшася страха, идеже не бе страх"" (Пс. 13, 5).

ИЗ ОСОБОГО РАССУЖДЕНИЯ

СО МНОГИМИ людьми бывает то искушение от духа хульного, что, смущаемые помыслами хульными, они не знают, что им делать, и приходят в отчаяние, считая, что это их грех, и думая, что они сами виноваты в тех лютых и мерзких помыслах. Посему я хочу вспомянуть немного и о них.

Помысл хульный есть искушение для человека богобоязливого и особенно смущает его тогда, когда он молитву творит или делает что-либо доброе.

Помыслы хульные не находят на человека, валяющегося в смертных грехах, нерадивого, не богобоязливого, ленивого и небрегущего о своем спасении, но на тех нападают, кто пребывает в праведном житии, в трудах покаяния и в любви Божией.

Сим хульным искушением диавол ведет человека к тому, чтобы устрашить его; и если он от иных грехов свободен, то чтобы возмутить совесть его; если он в покаянии, то чтобы прервать его покаяние; если же от добродетели восходит к добродетели, то чтобы остановить и низринуть его; но если диавол не успеет в сем, то стремится хотя бы оскорбить и смутить его. Однако умный пусть рассуждает.

1. Пусть не думает, что те мысли принадлежат ему и от него самого происходят, но что они диаволом наносятся, который есть их начало и изобретатель. Ибо как могут исходить от нашего сердца и воли те хулы, которые мы ненавидим, и скорее желали бы себе какой болезни более, чем тех мыслей? В этом состоит истинное

удостоверение, что не от нашего желания рождаются хулы, потому что мы их не любим и не желаем.

2. Всякий угнетенный хульными помыслами пусть не вменяет их себе в грех, но считает их за особое искушение, ибо чем больше кто будет вменять себе во грех помыслы хульные, тем более утешит врага своего диавола, который над тем уже будет торжествовать, что этим совесть чью-либо смутил как будто грехом каким. Если бы кто сидел связанный посреди богохульных людей, слышал их хульные речи на Бога, на Тайны Христовы, на Пречистую Богородицу и на всех святых и хотел бы убежать от них, чтобы не слышать их хульных речей, но не мог бы, потому что связан, и не мог бы даже ушей своих заткнуть от хулы их, - скажи мне, имел ли бы тот грех какой от того, что нехотя слушает их хульные речи? Воистину не только не имел бы никакого греха, но и великой похвалы сподобился бы от Бога, потому что, будучи связан и не имея возможности убежать, он с тяжестью в душе слушал их богохульные слова.

Подобное бывает и с теми, кого диавол угнетает хульными помыслами, когда они ни убежать от них не могут, ни избавиться от них, ни отрястись от духа хульного, который безстыдно и безпрестанно наводит на них хульные помыслы, хотя они не хотят их, не любят и даже ненавидят их. Потому не только никакого греха не будут они иметь от мыслей тех хульных, но и большую благодать заслуживают у Бога.

3. Молить Господа Бога необходимо, чтобы Он удалил это искушение и отогнал духа хульного, а если не случится сего, то терпеть кротко и с благодарностью, помня, что не от гнева, но от благодати Божией попущено было сие искушение для того, чтобы мы оказались в нем терпеливыми и несмущенными.

Некто из великих отцов часто говорил про себя сие слово: не соизволяю, не соизволяю. И когда что-либо делал: ходил ли, или сидел, или работал, или читал, или молился, - то многократно повторял сие слово: не соизволяю. Услышав это, ученик его спросил, говоря: "Скажи мне, авва, зачем ты часто говоришь это слово? Какая тайна

слова сего?" Отец ответил: "Когда какой-либо злой помысл приходит в мой ум, и я ощущаю его, тогда говорю ему: не соизволяю на тебя; и тотчас тот злой помысл убегает и пропадает без вести".

Всегда, когда страдаешь от духа хульного, как только найдут на тебя помыслы хульные и нечистые, ты легко можешь избавиться от них и отогнать их от себя сим словом: не соизволяю. Не соизволяю, диавол, на твои хуления! Твои они, а не мои мерзости; я же на них не только не соизволяю, но и ненавижу их.

Достоблаженная Екатерина, по прозванию Сенейская, из города Сенны, была долгое время смущаема от бесов хульными и скверными помыслами, и когда явившийся ей Господь Иисус отогнал их, она возопила к Нему: "Где был доселе, о сладчайший мой Иисусе?" Он ответил: "Я был в сердце твоем". Она же сказала: "Как же Ты мог быть, когда сердце мое было исполнено мыслями скверными?" На это Господь ей ответил: "Потому и разумей, что был Я в сердце твоем, ибо любви твоей не было к нечистым мыслям, но ты усиленно старалась избавиться от них и, не будучи в состоянии, болезновала; и этим Я нашел место в сердце твоем".

Поэтому пусть никто не смущается и не отчаивается, имея наваждение от помыслов хульных, зная, что они нам более на пользу, чем на соблазн, а самим бесам на посрамление.

Старец Паисий Святогорец
О ХУЛЬНЫХ ПОМЫСЛАХ

Какие помыслы являются хульными

- *Геронда, я не понимаю, когда помысл является хульным...*

- Когда нам на ум приходят скверные картины о Христе, Матери Божией, Святых, о чем-то божественном и святом или даже о нашем духовном отце и тому подобном, то это хульные помыслы.

Этих помыслов и пересказывать-то никому не надо.

- *Даже духовнику?*

- Духовнику достаточно сказать следующее: "Мне приходят хульные помыслы о Христе или о Святом Духе, о Матери Божией, о Святых или о тебе - моем духовном отце". Все эти богохульства и грехи не наши - они происходят от диавола. Поэтому нам нет нужды расстраиваться еще и из-за грехов диавола. Когда я был новоначальным монахом, диавол какое-то время приносил мне хульные помыслы - даже в церкви. Я очень расстраивался. Диавол внушал мне скверные помыслы о Святых, [в качестве исходного материала] используя те сквернословия и похабщину, которые я слышал от других, будучи в армии. "Эти помыслы от диавола, - вразумлял меня мой духовник. - Раз человек расстраивается из-за скверных помыслов о святыне, которые у него появляются, это уже доказывает, что они не его собственные, а приходят извне". Но я продолжал расстраиваться. Когда приходили хульные помыслы, я уходил молиться в придел Честного Иоанна Предтечи, прикладывался к его иконе, и она благоухала. Когда скверные помыслы приходили снова, я опять спешил в Предтеченский придел, и от иконы вновь исходило благоухание. Во время одной Божественной литургии я был в приделе и молился. Когда певчие запели "Святый Боже" Нилевса, я со своего места стал тихонько подпевать. Вдруг я увидел, как через дверь, ведущую в притвор главного храма, в придел вваливается огромный страшный зверь с головой пса. Из его пасти и глаз извергалось пламя. Чудовище повернулось ко мне и, раздраженное тем, что я пою "Святый

Боже", дважды злобно погрозило мне лапой. Я бросил взгляд на монахов, молившихся рядом со мной: может быть, они тоже видели [зверя]? Нет, никто ничего не заметил. Потом я рассказал о случившемся духовнику. "Ну, видел, кто это был? - сказал мне духовник. - Это он самый и есть. Теперь успокоился?"

- *Геронда, а всегда ли человек понимает, что его помысл является хулъным?*

- Он понимает это, если работает головой, которую дал ему Бог. Например, некоторые задают мне вопрос: "Геронда, как возможно существование адских мук? Мы огорчаемся, видя человека, сидящего в тюрьме, что же говорить о тех, кто мучается в аду!" Однако такие рассуждения - хула на Бога. Эти люди выставляют себя более праведными, чем Он. Бог знает, что делает. Помните случай, рассказанный Святым Григорием Двоесловом? Однажды епископ Фортунат изгнал нечистого духа из бесноватой женщины. Изгнанный бес принял образ нищего, вернулся в город и стал обвинять епископа. "Немилосердный изгнал меня!" - кричал он. Один человек, услышав эти крики, пожалел "несчастного": "Что за нелегкая дернула его тебя выгнать! Как он мог на такое пойти! А ну, давай, заходи ко мне в дом". Диавол вошел в его дом и вскоре попросил: "Подбрось в очаг дровишек, а то я зябну". Хозяин положил в огонь толстые поленья, пламя весело загудело. А когда огонь разгорелся как следует, диавол вошел в ребенка хозяина дома. В припадке беснования несчастный прыгнул в огонь и сгорел. Тогда хозяин понял, кого изгнал епископ и кого он принял в свой дом. Епископ Фортунат знал, что делал, когда изгонял нечистого духа из бесноватой.

Откуда происходят хульные помыслы

- *Геронда, не могли бы Вы рассказать нам что-нибудь о добром равнодушии?*

- Доброе равнодушие необходимо человеку чрезмерно чувствительному, которого мучает разными помыслами тангалашка. Такому человеку хорошо бы стать немного бесчувственным - в положительном смысле этого слова - и не копаться в помыслах определенного рода. Кроме того, доброе равнодушие необходимо

человеку, которого диавол, желая вывести из строя, сделал чрезмерно чувствительным в отношении какого-то конкретного дела или явления - хотя обычно такой человек чрезмерной чувствительностью нестрадает. И такому человеку на какое-то время поможет доброе равнодушие. Однако за ним должен наблюдать духовник. Ему нужно открывать свой помысл духовнику и быть под его наблюдением. В противном случае он может потихоньку стать безразличным ко всему и впасть в противоположную крайность - превратиться в совершенно равнодушного человека.

- *Геронда, почему, когда я впадаю в печаль, у меня появляются хульные помыслы ?*

- Смотри, что происходит: видя тебя опечаленной, тангалашка пользуется этим и подсовывает тебе мирскую карамельку - греховный помысл. Если ты в первый раз падешь [приняв этот помысл-карамельку], то в следующий раз он расстроит тебя еще больше и у тебя не найдется сил ему сопротивляться. Поэтому никогда не нужно пребывать в состоянии печали, вместо этого лучше заняться чем-то духовным. Духовное занятие поможет тебе выйти из этого состояния.

- *Геронда, я очень мучаюсь от некоторых помыслов...*

- Они от лукавого. Будь мирна, и не слушай их. Ты человек впечатлительный, чуткий. Диавол, пользуясь твоей чувствительностью, внушает тебе [привычку] придавать некоторым помыслам излишнее внимание. Он "приклеивает" к ним твой ум, и ты понапрасну мучаешься. К примеру, он может принести тебе скверные помыслы о матушке-игуменье или даже обо мне. Оставляй эти помыслы без внимания. Если отнестись к хульному помыслу хоть с немногим вниманием, он может тебя измучить, может тебя сломать. Тебе необходимо немного доброго равнодушия.

Хульными помыслами диавол обычно мучает благоговейных и очень чувствительных людей. Он преувеличивает их падение [в их собственных глазах] с тем, чтобы ввергнуть их в скорбь. Диавол стремится низвергнуть их в отчаяние, чтобы они покончили с собой, а если это ему не удается, то стремится, по крайней мере, свести их с ума и вывести из строя. Если же диаволу не удается и это, то ему доставляет удовольствие навести на них хотя бы тоску, уныние.

Часто хульные помыслы приходят человеку и по зависти диавола. Особенно после всенощного бдения. Бывает, что от усталости ты

падаешь как мертвый и не можешь противодействовать врагу. Вот тогда-то злодей диавол и приносит тебе хульные помыслы. А потом, желая тебя запутать или ввергнуть в отчаяние, начинает внушать: "Да таких помыслов и сам диавол не принесет! Теперь ты не спасешься". Диавол может принести человеку хульные помыслы даже на Святаго Духа, а потом сказать, что этот грех - хула на Святаго Духа - не прощается.

- *Геронда, а может ли хульный помысл прийти по нашей собственной вине?*

- Да. Человек может и сам дать повод для прихода такого помысла. Если хульные помыслы не вызваны чрезмерной чувствительностью, то они приходят от гордости, осуждения и тому подобного. Поэтому, если, подвизаясь, вы имеете помыслы неверия и хулы, знайте, что ваше подвижничество совершается с гордостью. Гордость омрачает ум, начинается неверие, и человек лишается покрова Божественной Благодати. Кроме того, хульные помыслы одолевают человека, который занимается догматическими вопросами, не имея для этого соответствующих предпосылок.

Презрение к хульным помыслам

- *Геронда, авва Исаак говорит, что мы побеждаем страсти "смирением, а не превозношением". Презрение к какой-то страсти, превозношение [над ней] и презрение к хульным помыслам - это не одно и то же?*

Нет. В презрении страсти есть гордость, самоуверенность и - что хуже всего - самооправдание. То есть ты оправдываешь себя и "отказываешься" от своей страсти. Ты словно говоришь: "Эта страсть не моя, она не имеет ко мне никакого отношения" - и не подвизаешься, чтобы от нее освободиться. А вот хульные помыслы мы должны презирать, потому что, как я уже говорил, они не наши, а от диавола.

- *А если человек притворяется перед другими, что имеет какую-то страсть, например, изображая себя чревоугодником, то тем самым он насмехается над диаволом?*

- В этом случае он "лицемерит добрым лицемерием", но это не насмешка над диаволом. Ты насмехаешься над диаволом, когда он

приносит тебе хульные помыслы, а ты поешь что-то церковное.

- *Геронда, как прогнать хульный помысл во время богослужения ?*

- Песнопением. "Отверзу уста моя..." Ты что, не умеешь петь по нотам? Не расковыривай этот помысл, отнесись к нему с презрением. Человек, который стоит на молитве и собеседует с такими помыслами, подобен солдату, который отдает рапорт командиру и приэтом раскручивает гранату.

- *А если хульный помысл не уходит ?*

- Если он не уходит, знай, что где-то в тебе он облюбовал для себя местечко. Самое результативное средство - это презрение к диаволу. Ведь за хульными помыслами прячется он - учитель лукавства. Во время брани хульных помыслов лучше не бороться с ними даже молитвой Иисусовой, потому что, произнося ее, мы покажем свое беспокойство и диавол, целясь в наше слабое место, будет обстреливать нас хульными помыслами без конца. В этом случае лучше петь что-то церковное. Смотри, ведь и малые дети, желая показать презрение своему сверстнику, перебивают его речь разными песенками вроде "тру-ля-ля". То же самое следует делать и нам поотношению к диаволу. Однако будем показывать свое презрение к нему не мирскими песенками, а священными песнопениями. Церковное пение - это не только молитва к Богу, но и презрение к диаволу. Таким образом, лукавому достанется на орехи и с одного, и с другого бока - и он лопнет.

- *Геронда, находясь в таком состоянии, я не могу петь. Даже ко Святому Причащению мне подходить нелегко.*

- Это очень опасно! Тангалашка загоняет тебя в угол! И пой, и причащайся - ведь эти помыслы не твои. Окажи мне послушание хотя бы в этом [во время брани помыслов] пропой один раз "Достойно есть", чтобы тангалашка получил то, что ему причитается, и пустился наутек. Я не рассказывал тебе об одном афонском монахе? Двенадцатилетним сиротой он пришел на Святую Гору. Лишившись любви своей матери по плоти, он всю любовь отдал Матери Божией. Он питал к Ней такие же чувства, как к своей родной матери. Если бы ты видела, с каким благоговением он прикладывался к иконам! И вот враг, сыграв на этой любви, принес ему хульные помыслы. Несчастный даже к иконам прикладываться перестал. Его Старец, узнав об этом, взял его за руку и заставил приложиться к ликам и рукам Пресвятой

Богородицы и Спасителя на Их иконах. Сразу же после этого диавол пустился в бегство. Конечно, лобызать Божию Матерь и Спасителя прямо в лик - это, некоторым образом, дерзко. Но Старец заставил монаха сделать это, чтобы прогнать мучавшие его помыслы.

В каких случаях мы виновны в хульных помыслах сами

- *Геронда, когда я испытываю приражение хульного помысла, но без сосложения с ним, то ложится ли на меня вина ?*

- Если ты огорчаешься и не принимаешь этого помысла, то вины нет.

- *Геронда, а когда человек виновен в хулъном помысле?*

- Он виновен, если не огорчается, что имеет такой помысл, а сидит [сложа руки] и собеседует с ним. И чем больше он будет принимать хульные помыслы, тем большему диавольскому смятению подвергнется. Ведь, разглядывая появившийся хульный помысл и собеседуя с ним в уме, ты в малой степени подвергаешься беснованию.

- *А как прогнать такие помыслы ?*

- Если человек огорчается, что такие помыслы к нему приходят и не собеседует с ними, то, не получая пищи, они отпадают сами собой. Дерево, которое не поливают, засохнет. Однако, начав хотя бы немного услаждаться этими помыслами, он дает им пищу, "поливает" своего ветхого человека. В этом случае помыслы "отсыхают" нелегко.

- *А со мной, Геронда, иногда случается следующее: я принимаю хульные помыслы, сослагаюсь с ними, потом понимаю это, но уже не могу их прогнать.*

- Знаешь, что с тобой происходит? В какой-то момент ты на что-то отвлекаешься, рассеиваешься и с разинутым ртом начинаешь считать ворон. Тогда к тебе подкрадывается тангалашка и вбрасывает в твой разинутый рот карамельку. Ты начинаешь вращате ее во рту, чувствуешь ее вкус, и тебе уже тяжело ее выплюнуть. Нужно выплевывать сразу - едва-едва почувствуешь ее "сладость".

- *Геронда, а если я ненадолго принимаю появившийся хульный помысл, но потом его прогоняю?*

- В этом случае диавол дает тебе леденец, ты его выплевываешь - но не сразу, а спустя какое-то время. Выплевывать нужно не медленно.

В противном случае, обманув тебя вначале с помощью леденца, диавол впоследствии напоит тебя горьким зельем и поглумится над тобой.

Преп. Серафим Саровский
О ПОМЫСЛАХ И ПЛОТСКИХ ДВИЖЕНИЯХ

Мы должны стараться быть свободными от помыслов нечистых, особенно, когда приносим молитву Богу. Ибо нет единения между смрадом и благовонием.

Для сего нужно отражать первое нападение греховных помыслов и движений и рассевать их от земли сердца нашего. Пока дети Вавилонские, то есть движения и помыслы злые, еще младенцы, должно разбивать и сокрушать их о камень, который есть Христос; особенно же нужно сокрушать следующие три страсти: чревоугодие, сребролюбие и тщеславие, которыми ухищрялся диавол искусить даже Самого Господа нашего Иисуса Христа в конце подвигов Его в пустыне.

Диавол, как лев, скрываясь в ограде своей (Пс. 9, 30), тайно расставляет нам сети нечистых и нечестивых помыслов. Итак, немедленно, как только увидим, надобно расторгать их посредством благочестивого размышления и молитвы.

Требуется подвиг и великая бдительность, чтобы во время псалмопения ум наш согласовался с сердцем и устами, дабы в молитве нашей к фимиаму не примешивалось зловоние. Ибо Господь гнушается сердцем с нечистыми помыслами. Закон говорит: *не ори юнцем и ослятем* (Втор. 22, 10), то есть с помыслом чистым и нечистым не приноси молитвы.

Будем подражать Давиду, который говорит: *во утрия избивах вся грешных земли, еже потребити от града Господня вся делающая беззаконие* (Пс. 100, 8). Законом запрещено было нечистому входить в дом Господа. Дом сей - мы, и Иерусалим внутри нас. Грешные земли суть кроющиеся в сердце нашем змиевидные помыслы.

Будем и мы с ним взывать ко Господу: *устрой душу мою от злодейства их* (Пс. 34, 17); *расточи языки, хотящия бранем* (Пс. 67, 31), дабы и нам услышать: *в скорби призвал Мя еси, и избавил тя* (Пс. 80, 8).

Будем непрестанно, день и ночь, со слезами, повергать себя пред лицом благости Божией, да очистит Он сердца наши от всякого злого помышления, чтобы мы достойно могли проходить путь звания нашего и чистыми руками приносить Ему дары служения нашего.

Ежели мы не согласны со влагаемыми от диавола злыми помышлениями, то мы добро творим.

Нечистый дух только на страстных имеет сильное влияние; а к очистившимся от страстей приражается только со стороны, или внешне.

Человеку в младых летах можно ли гореть и не возмущаться от плотских помыслов? Но должно молиться Господу Богу, да потухнет искра порочных страстей при самом начале. Тогда не усилится в человеке пламень страстей.

Старец Макарий Оптинский
ОТКРОВЕНИЕ ПОМЫСЛОВ

Откровение устроено от святых отцев, чтобы не могли укрыться от неопытных вражии козни...

А что есть польза неотъемлемая чрез откровение помыслов, то сама на себе искусила; о чем и святые отцы нас научают, дабы не таити помыслов, но являти их: являемое свет, а неявляемое тьма (Еф. 5, 13). Само бо то, еже являти и открывати злые помыслы отцем, увядает оные и немощнейшие творит.

О ТАИНСТВЕ ИСПОВЕДИ И ОТКРОВЕНИИ ПОМЫСЛОВ

По уставам иноческого предания, при пострижении от Евангелия предают старицам, а не духовным отцам, которым должны новоначальные открывать свою совесть для получения советов и наставлений, как противостоять искушениям вражиим; но это не есть исповедь, а откровение, исполняя в сем случае апостольское предание: *исповедайте друг другу согрешения ваша* (Иак. 5, 16). Таинство же исповеди совершенно другое и не имеет к откровению никакого отношения; обязанности духовника совершенно другие, нежели отношение к старицам.

КАК В ПОКАЯНИИ, ТАК И В ОТКРОВЕНИИ УВЯДАЮТ ЗЛЫЕ ПОМЫСЛЫ НАШИ

Для тебя все еще ново, и ты не знаешь, с чего начать, о чем вопрошать и в чем открываться матери; в короткое время ничему

нельзя научиться; но многим временем, случаями и опытами упремудрит тебя Господь... Сообразуясь, сколько можно, с возможностию и с своим устроением, открывайся в недоумениях, в страстных и гордых помыслах, в скорбных приключениях, в осуждении и тому подобных. Откровение, тоже и покаяние, врачует немощи наши и увядает злые помыслы... и сказанные тебе слова на твои недоумения принимай с верою, с каковою должна и идти на откровение.

КАК ДЕЛА, ТАК И ПОМЫСЛЫ НАДО ОТКРЫВАТЬ ДУХОВНИКУ

...Святый Кассиан в Слове к игумену Леонтину пишет, что "рассуждение происходит от истиннаго смирения, да не точию еже творим, но и яже помышляем открываем отцем; и да ни в чем же своему помыслу веруем, но во всем словесем старец да последуем; и оно добро быти веруем, еже аще они искусят"... напротив, кто водится самосмышлением, самочинием и противоречием, тот и не видит, как бывает низлагаем врагом, потому что сии действия происходят от гордости, а какой от нее происходит вред, и напротив, от смирения - польза, прочти сама в Лествице: о послушании, о гордости и смирении, и увидишь явственно.

НЕВОЗМОЖНО СПАСТИСЬ БЕЗ ОТКРОВЕНИЯ ПОМЫСЛОВ

...Соболезнуем, что спасительное установление - откровение помыслов - у вас находится не только в забвении и в пренебрежении, но даже и в посмеянии. Прочти главы св. Симеона Нового Богослова, св. Иоанна Лествичника, св. аввы Дорофея, св. Каллиста и Игнатия, 14 и 15 главы, и св. Кассиана в Слове к игумену Леонтину; найдете в оных согласно, что невозможно спастись без откровения помыслов и покорения своей воли и разума. Как же бедственно сопротивляться

толикому учению святых и всепремудрых мужей, в них же сам Святый Дух действовал.

ОТКРОВЕНИЕ И НЕДОВЕРИЕ СВОЕМУ РАЗУМУ НЕОБХОДИМО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ЛОЖЬ НЕ ПРИНЯТЬ ЗА ИСТИНУ

Я потому тебе предлагал иметь откровение, или совет, не доверяя своему разуму, дабы не принять того за истину, что есть ложь, и не прельститься; а когда не можешь сего сделать, то сама умудряйся и поучайся в том, что более приводит нас к смирению и показует гнусную гордость и от оной происходящий вред.

ОТКРОВЕНИЕ ПОМЫСЛОВ БЕЗ ВЕРЫ ДУХОВНОМУ ОТЦУ НЕ ПРИНОСИТ ПОЛЬЗЫ

Тягость твоя точно, видно, оттого происходит, что не чином открывалась, но без веры и с зазрением. Это мы видим и на древних отцах: которые с верою открывали помыслы, те получали пользу; а, напротив, другие без веры говорили, соблазнялись; что было и с покойным батюшкою: многие им пользовались, а многие соблазнялись. Помню, м. Н. какую принимала от него пользу по вере; а когда оную потеряла, соблазнялась, и уже не умиротворилась, а он все тот же. Господь да простит ее. Я написал к тебе только живой пример, что тебя тяготило и лежало на сердце.

...Когда В. не находит пользы в откровении, не надобно ее к этому и нудить; без веры и произволения какая уж будет польза? Когда с верою приходит, объясняет свои немощи и смиряется, - Бог дарует и слово к пользе того; а ежели кто идет с сомнением и пренемоганием, когда что не по нем, то какая ж тут польза может быть?

СОКРЫТИЕ ПОМЫСЛОВ УСИЛИВАЕТ СТРАСТИ

...Кажется, что-то в тебе утаилось, чего ты, по самолюбию, не могла совершенно открыть матери... оттого и не получаешь скоро успокоения в восставшей на тебя брани и буре страстей. Когда получше разберешь сама себя, то найдешь причину - самолюбие и гордость. Советую разобрать себя получше, и чего сама не видишь в себе, то спроси... не замечает ли она чего в тебе; иногда одна мысль утаившаяся много ведет за собою бедствий, а открывшаяся, тотчас подает успокоение. Имей веру и спасешься; все же, что не от веры, грех, и бойся составлять свой разум и волю.

Что было с тобою такое сильное волнение, то ты виновата тем, что не открываешься матери Н.; а о сем я тебе многократно писал и теперь повторяю: стыд твой происходит от гордости, не хочешь пред нею показаться такою немощною и смириться, и тем сама себе умножаешь брань.

ОТКРЫВАЯ ПОМЫСЛЫ, НАДО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ НА ДЕЙСТВИЕ ГЛАВНЫХ СТРАСТЕЙ

К тебе особенно скажу несколько слов касательно откровения: не то только должно открывать, что пьешь, ешь и правил не исправляешь, но главные страсти, которыми ты или действуешь, или помыслом каким борима, надобно объявлять со смирением и самоосуждением, и принимать слова старицы, как Богом внушенные ей к твоей пользе. Главные же страсти суть: гордость, славолюбие, сластолюбие, сребролюбие, гнев, ярость, злопомнение, ненависть, леность, тщеславие, распря, строгое суждение недостатков ближних, строгое взыскание с служащих, скверные мысли, зазрение ближних и подобные таковые; страстные помыслы или деяния должно говорить со смирением, а не скрывать их; явление свет, а не явление тьма. Одно воспоминание о том, что надобно сказать, удерживает нас от грехов.

ОТКРЫВАЯ ПОМЫСЛЫ, НЕ СЛЕДУЕТ ОДНО ГОВОРИТЬ, А О ДРУГОМ УМАЛЧИВАТЬ

...Главные вопросы твои... об откровении помыслов, кои ты затрудняешься открывать своей старице, а паче такие, кои бывают против нее, и вместе сама сознаешь, когда откроешь оные, то уже более не повторяются. Итак, ты должна из сего заключать, что потому и тяжело врагу откровение, что его козни обличаются и помыслы исчезают; и надобно все помыслы открывать, хотя бы оные казались и преходящими, но все оставляют в сердце след своего зловония; и это еще не твоей меры, чтобы не все помыслы открывать. Святый авва Дорофей пишет о сем в 5 Поучении... как и кому открывать помыслы и что не следует одно говорить, а другое умалчивать, но все сказывать. Святый Симеон Новый Богослов в 122 главе: "подобает же на всякий день исповедати всякий помысл духовному отцу" (а у вас старицам).

Ты, М. А., не оставляй без объяснения своих немощей, только смиренно и сознательно; а если так оставишь, то они останутся неуврачеванными, а к ним и новые прибавятся: тогда труднее будет сбросить с себя бремя.

КАКИЕ ИЗ ПОМЫСЛОВ НАДО ОТКРЫВАТЬ НА ИСПОВЕДИ, А КАКИЕ НЕТ

Помыслы исповедовать надобно те, в которых воля наша участвует и соизволяет на них, укосневая, и делается мысленною преступницею пред Богом. Десятая заповедь ясно показывает нам сие; все заповеди запрещают делать зло, а оная и желать мысленно; но те помыслы, которые только приражаются, а мы с ними не согласуемся, не соизволяем на них и отвергаем, не нужно исповедовать.

Какая ты малодушная! Огорчилась крепко о том, что стужали тебе на меня хульные помыслы; как же ты можешь запретить им стужать? Это не в нашей силе. Прилоги врага не суть наш грех; но тогда, когда мы примем оные, собеседуем с ними и соглашаемся, тогда они могут

почесться грехом; а ты не только не соглашалась с ними, но даже и скорбела о том, что они тебе на ум лезут, думая, что тем уже и согрешила. Враг же, видя твое малодушие, радовался сему и больше на тебя восставал; а, напротив, ты нимало в этом не виновна, будь спокойна.

ЗАКОСНЕНИЕ В ОТКРОВЕНИИ ПРИВОДИТ К ГОРЕСТНЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ

Описываешь свое горестное устроение, которое, сама видишь, происходит от закоснения в откровении; мы тебя отнюдь не связываем на сие, но ты сама себе вредишь и, поступая против отеческих учений, сама себя связуешь, сплетая бездну мыслей неподобных, коими как веригами опутываешь свое сердце, и не хочешь откровением и сознанием от них свободиться. Знай же, что враг тебе сие запрещает, дабы обладать твоим сердцем; за то и награждаешься от него горькими плодами. Видя в себе все противное и имея при себе врачевство, для чего не открыться? - он тебе запрещает для того, чтоб не только сделать тебя повинною в прошедших принятых помыслах, но впредь еще и горшее предложить напоение. Ты не можешь себе представить, как мы болим о тебе и скорбим - помози же и ты хоть несколько и пособи; без тебя самой ни молитвы наши, ни помощь Божия не могут содействовать. Ты говоришь: "не имею способности объясняться", - однако ж ты написала нам очень ясно все то, что тебя тяготит. Не можешь языком сказать матери Р., напиши на бумаге, и свободишься, благодатию Божиею, хоть чрез письменное откровение. Откровение являет смирение, а закоснение гордость; равно и худое мнение о других плод есть гордости.

ОТКРОВЕНИЕ ТОГДА ТОЛЬКО ПРИНОСИТ ПОЛЬЗУ, КОГДА СВЯЗАНО С ПОСЛУШАНИЕМ

...Откровение тогда пользует, когда соединено с послушанием, - тогда приносит плод смирения; а откровение с требованием, чтобы было так, как и чего ей хочется, нимало не принесет пользы.

Какой же толк в том откровении, когда оное не приносит успокоения? Ведь откровение не одно нужно, а при оном и послушание. Принимать, по откровении, совет и уже не самосмышлять и не верить своему разуму: от этого рождается смирение.

ПОМЫСЛЫ НАДО ОТКРЫВАТЬ БЕЗ БОЯЗНИ ПОЛУЧИТЬ ВЫГОВОР

Видим из письма твоего, что страдаешь, при многих твоих немощах, и закоснением в откровении; это самая большая сеть вражия, чтобы запутать тебя в свои пагубные сети и лишить душевной пользы. Отринь всякий стыд и со смирением изъясняйся, - хотя и выговоры будешь получать, все это послужит к твоему смирению.

ЧУВСТВУЯ ЗАКОСНЕНИЕ В ОТКРОВЕНИИ, УНИЧИЖИ СЕБЯ

Когда надобно о чем сделать откровение и чувствуешь закоснение: уничтожь себя, смири, вмени прах и пепел, достойную попрания, и попроси Господа, дабы сие чувство в тебе утвердилось; в сем устроении отойдет от тебя закоснение и, вместо чаемого стыда, найдешь свобождение, спокойствие и утешение. Это пишем не теорию, а практику. Святые отцы сами прошли путь сей и нас научают, а отчасти и сами на себе испытали, что самоукорение и смирение есть надежнейший путь ко успокоению нашему.

СМУЩЕНИЕ В ОТКРОВЕНИИ ПРОИСХОДИТ ОТ ДЕЙСТВИЯ ВРАЖИЯ И ГОРДОСТИ

Описываешь свои смущения, при откровении помыслов бываемые, и какой терпишь труд, открываясь; а не открываясь, паки и паки находит смущение; также и о постриге смущаешься. На сие скажу тебе, что смущение твое происходит от действия вражия: он завидует твоей пользе и наводит на тебя разного рода смущения: боязнь, неверие, негодование; а после и тем ввергает в уныние, что не откровенна, и внушает требовать вопросов от самой матери и приписывать ей вину, что будто тобою не занимается. У тебя только в том и время проходит; когда ж ты мирно помолишься Богу? И как смиришься, когда всякое смущение противно есть смирению и обличает гордое устроение?

ОТКРОВЕНИЕ С ПОСЛУШАНИЕМ ИСКОРЕНЯЕТ ГОРДОСТЬ

Для того-то и послушание и откровение, чтобы истребилась гордость, а водворилось смирение; открываться должно со свободою и смирением, а тебя запинает враг и не допускает до сего.

ОТКРОВЕНИЕ С ПРЕТЕРПЕНИЕМ ИСКУШЕНИЙ ИСКОРЕНЯЕТ ГОРДОСТЬ

...Ты думаешь довольствоваться только откровением. Этого одного мало. Если открыть свои раны, надобно и лекарство на них: укоризну, досаду, поношение, насмеяние и прочие неприятности для самолюбия и гордости, врачевства которых ты и не будешь иметь, а будешь обольщать себя, что живешь с откровением...

ПОМЫСЛЫ ПРОТИВ ДУХОВНОГО ОТЦА (ИЛИ МАТЕРИ) НАДО ОТКРЫВАТЬ

...Ненавидяй добра диавол воспрещает тебе это (откровение помыслов), наводя страх, что ты этим оскорбишь старицу, а особенно когда против нее, если будут неприятные помыслы. Но ты должна разумевать козни вражий, ибо он нанесет тебе помысл, которого ты и не желаешь и несогласна с ним, смутит им и запрещает поведать старице, чтобы не обличалась лесть его, а ты, призвав Господа, и скажи старице: вот какие помыслы наносит мне враг и воспрещает о них говорить, но я, хотя освободиться от них, открываю их вам; и уверь ее, что воля твоя нимало в них не участвует. Этим способом эти помыслы уничтожаются...

Я хотел было делать возражения на приносимые тебе от врага на меня ложные подозрительные помыслы, но оставляю, дабы паки не возобновилась в тебе прежняя отрава. Диавол клеветник искони, и ныне оклеветал меня пред тобою; и что ж он тебе принес? Не мир и тишину, а смущение и скорбь; так, как и древле Адаму, - не обожение, а смерть.

Когда тебе придет твой тяжелый нрав, - вини себя, а не других; и понудь себя к откровению, что тебя смущает, хоть бы и на мать Н. что пришло; не бойся, но говори ей, получишь облегчение. Знай, что это враг тебе залипает и хочет тебе погибели, а после и в отчаяние ввергает; всему этому корень есть гордость, а победа на оное - смирение.

Ты хочешь, чтобы она тебе не открывала помыслов, которые на тебя ей приходят, отчего и думаешь быть мирна к ней; однако ж я не думаю, чтоб мог мир быть у тебя; хотя она тебе и не скажет, а ты все будешь убеждена, что она ими обладаема, и в прочих ее откровениях останется при тебе жало смущения на нее. Мне кажется, тебе лучше обратить внимание на себя, познать кознь вражию, как ее, так и тебя возмущающую, и не запрещать ей говорить приходящие и всеваемые ей от врага помыслы. Чрез обличения они могут упраздниться, а ты не ей, а врагу приписывай оный прилог; а ей советуй приходящими на тебя помыслами не уязвляться и не смущаться, не ставить даже оные себе в вину, для того, что оные то же, что и хульные помыслы, - токмо

безпокоят без всякого на то ее согласия; а она уже думает, что тяжко согрешила, желая найти отраду в откровении; но при смущении твоем еще более возобновляется брань, и наносит враг, что точно так истинно твое к ней нерасположение. Пусть она помыслами сими пренебрегает и не смущается об них, тогда может об них и не говорить, и тем посрамит врага; а когда по немощи и скажет, ты не смущайся и не весели врага.

ОБЪЯСНЕНИЯ ДРУГ С ДРУГОМ ВМЕСТЕ ЖИВУЩИХ РАЗРУШАЮТ СЕТИ ВРАГА

...Это вы хорошо сделали, что поговорили друг с другом откровенно о своих немощах, прося каждая снисхождения себе в оных. *Все являемое свет* (Еф. 5, 13), а неявляемое тьма. "Якоже змий, от темныя норы изнесенный на свет, тщится бегство употребити и сокрытие; тако и лукавые помыслы, изряднейшею исповедью и изглаголанием явлени бывше, тщатся бежати от человека", - пишет святый Кассиан. Токмо блюдитесь, да не так, как прежде бывало, при объяснении укалывать друг друга, а не себя обвинять; при сем последнем уже не будет иметь места оправдание или воспоминание прежде бывших смущений и явится успокоение и мирное устроение.

После же, в то ли время, а уж непременно по окончании дня, изъяснив друг другу свои смущения, которые имели, испросить прощение, и будете мирны; а когда не будете сего делать, но смущаться за помыслы и таить их, то они могут возрасти и худой плод принести.

СТРАДАЮЩИЕ ЗАБЫВЧИВОСТЬЮ МОГУТ ЗАПИСАТЬ СВОИ НЕМОЩИ И ПОМЫСЛЫ, А ПРИ ОТКРОВЕНИИ ПРОЧИТАТЬ

Говоришь, что не знаю, в чем открываться; а когда что и есть, приду и забуду. Во избежание сего, как только заметишь приходящего

волка, да украдет и погубит твое устроение какими бы то ни было страстными помыслами, тотчас запиши, чтобы не забыть, а пришедши, и объяви их. О том не смущайся, что будто не так говоришь или не все сказала: это сеть вражия, дабы смутить тебя...

ПОМЫСЛЫ: "ОТЕЦ (ИЛИ МАТЬ) МНОЮ НЕ ЗАНИМАЕТСЯ" ТАКЖЕ НАДО ОТВЕРГАТЬ

...Также и это отвергай, что мать тобою не занимается: от твоей веры зависит твоя польза, и юное отроча просветит Бог возвестить тебе пользу; а когда без расположения, - то хотя к пророку пойдешь, то и оного обезумит Бог (св. аввы Дорофея Поучение 5). Это все сеть вражия, чтобы тебя против матери восставить. Ты можешь и сей помысл сказать, но в виде покаяния, а не упреков или выговоров. Когда так будешь поступать, то умиротворишься и успокоишься.

ПОМЫСЛЫ ПРОТИВ БЛИЖНИХ И КАК ИХ ОТКРЫВАТЬ

...Ты уже испытала, что чрез откровение и изъяснение своих немощей и вражиих подсад можно получить успокоение. Ты говори, что меня смущает такой и такой помысл против вас, или против сестры какой, хотя ты с ним и не согласна; а ежели и согласна по немощи или неразумию и ослеплению, и то объясни; то, кажется, не должно бы быть тут неприятностям, а должно оным разрушаться; только изъясняй со смирением, показуя рану и желание исцелиться, а не вроде выговора или упрека...

НЕВИДЕНИЕ СВОИХ ГРЕХОВ И ПОРОКОВ СВИДЕТЕЛЬСТВУЕТ О ГОРДОСТИ: СМИРЕНИЕ ОТКРЫВАЕТ ИХ

Я к тебе много писал и давал наставления, чтобы имела откровение, но ты пишешь, что не видишь своих пороков и не знаешь, в чем относиться и о чем вопрошать? Кажется, это происходит от гордости, ибо смирение открывает нам всегда наши грехи и свои немощи познавать, а без сего трудно спастися. Думая, что идем правым путем, вместо того прельщаемся, и вместо мира, тишины и спокойствия собираем плоды горести, смущения и нестроения, и лишаемся благонадежия во спасении.

ОТКРЫВАЮЩИМ ПОМЫСЛЫ БЫВАЮТ ИСКУШЕНИЯ

Запоминаешь о матери З., что она нудится к откровению, и до болезни; но не видно, есть ли ей от сего польза. Когда получает оную, то пусть и понуждается продолжать. Враг же, "ненавидяй гласа утверждения", наводит ей тяготу и болезни; но на это не должно смотреть: оно пройдет. Так же и на других сестер за сие же самое вооружается враг и вооружает на них людей, противляющихся сему постановлению святых отцев. Но также на это нечего смотреть: лишь была бы им душевная польза и избавились от сетей вражиих.

ПОМЫСЛЫ НА МОЛИТВЕ

Не удивляйся тому, что во время службы находят помыслы различные: когда ты принимаешься за оружие против врагов, т.е. молитву, то и они на тебя вооружаются сильнее прилогами помыслов. Прибегай ко Господу на них молитвою и не смущайся: они исчезнут; а когда будешь смущаться, видя, что оные не оставляют тебя, то сим больше их на себя вооружаешь", а когда со смирением стоя вопиешь на них к Богу, то и успокоишься...

В случае же рассеянности мыслей на молитве не надобно смущаться, но смирять себя и окаявать, что может нас успокоивать, в чем святый Иоанн Лествичник укрепляет, научая: "старайся всегда бродящие твои мысли собрать воедино. Бог не взыскивает того, чтоб ты во время молитвы совсем никаких не мог иметь других мыслей; не отчаявайся, будучи мыслями расхищаем, но благодушествуй, созывая всегда бродящие свои помыслы: никогда бо не быти расхищаему мыслями, единому Ангелу свойственно" (Степень 4)...

Молись Богу в простоте сердца, находящие помыслы прогоняй смирением, и не думай, что можешь сама их отгонять; и молитва твоя не истинная: в смирении отгонится смущение, и ты можешь успокоиваться, считая себя сквернейшею всех, от усиления противиться помыслам помрачается ум и смущение увеличивается.

ПОМЫСЛЫ НЕВЕРИЯ

Пишешь, что как легкое облако находит неверие о Боге и о будущем (вечной жизни). Этот помысл причисляется св. Димитрием к хульным помыслам; ибо в них наша воля не соглашается; а только враг наводит на помысл неверия; человек этого не хочет и не виноват; а думая, что виноват, смущается и сим больше веселит врага и дает ему больше повод к приступу. А когда будешь презирать это и не считать за грех, то и он постыдится и отыдет; в этом подает ему повод и осуждение других. Искушение Нифонта было другого рода к увенчанию его; а это иное. Доказательство правой нашей веры мы видим на многих вещах и действиях: после исповеди получаем успокоение в совести - отчего это? А не исповедая - чувство мучения - отчего? Видим мощи святых угодников и бываемые от них чудеса. Кем содеваются от чудотворных икон чудотворения? Кто производит сие? Все это действует Бог, давший нам слово Свое к познанию Его в воплощении и искуплении нас от заблуждений. Кто для тебя услаждал чтение, когда читала св. Варсонуфия книгу? Бог! Весь мир исполнен чудес Божиих. *Дивна дела Твои, Господи, вся премудростию сотворил еси* (Пс. 103, 24).

ХВАЛЯЩИЕ ПОМЫСЛЫ ОЧЕНЬ ОПАСНЫ

...И паки помыслы хвалят, что себя укоряешь. Это очень опасно. Чем тут хвалиться? когда ты дурна? и, помня свою худость, не хвалы, а осуждения достойною считать себя должна.

ПОМЫСЛЫ ЗАВИСТИ ИСКОРЕНЯЮТСЯ САМОУКОРЕНИЕМ И ОТКРОВЕНИЕМ

Ты неоднократно повторяла в сем письме находящий тебе помысл, что чрез пострижение сестры может нарушиться ваш мир: ее будут лучше уважать, к ней относиться и прочее. Ты сама познаешь, что эти помыслы вражии, ничего не видя, нарушающие твой покой; а они отчего приемлют силу над тобой? понимаешь, что от гордости. Чем помог Господь тебе отразить сильное рвение на сестру? Самоукореняем и откровением, и какое таинство сего действия? - в одну минуту из бури делается тишина.

НЕ ДОПУСКАЙ ПОМЫСЛАМ ВХОДИТЬ В СЕРДЦЕ - ПРОСИ ПОМОЩИ ОТ БОГА

Говоришь, что борешься с помыслами так, что делается боль в груди. Видя немощь свою в борении с помыслами, повергай себя пред Богом со смирением и призови Его помощь: Он силен прогнать их, только ты не приписывай себе победы.

...Не допускать помыслам входить в сердце, но когда начнут приходить, восставать и просить помощи от Бога.

ДА БУДЕТ МЫСЛЬ ТВОЯ ЧИСТА

Враг всячески старается вкладывать нам мысли, противные судьбам Божиим, и через то приводит в уныние, в смущение, в грусть и тоску, чтобы ум отлучить от Бога и молитвы. Должно просить у Него помощи *(архим. Феофан Новоезерский).*

Все благоугождение и служение Богу в помышлениях состоит.

Размышление о Боге - жизнь и свет души.

Худые мысли надо отгонять молитвой: "Господи, помилуй мя, яко немощен есть".

Мыслию душа назидается, мыслию и развращается *(старец Георгий Затворник).*

Освящение нашего ума, как дело величайшей важности, достигается нашей сердечной молитвой, внимательным чтением Священного Писания и святоотеческих книг, писаний и Богомыслием.

"Ум, переставший созерцать Бога мыслию, - учил старец, - становится или демоном, или скотом". Я возразил ему: "Как возможно, чтобы ум человека непрестанно был с Богом?" - "В каждой мысли и в каждом деле, - отвечал он, - участвует душа, но с Богом бывает она тогда только, когда благочестиво и благоговейно размышляет о Нем".

Люди обращают ум свой или ко грехам, или к Иисусу, или к людям.

Закон - всякий помысл открывать старцу.

Надо размышлять или о Божиих свойствах, или о Божиих делах, или о спасении человеков, или о погибели их, об Иисусе Христе, об

Ангелах и Святых, и о других спасительных предметах. Когда мы таким образом будем блюсти чистоту в мыслях, тогда мы будем думать только о добром и спасительном, ибо от добрых мыслей непременно родятся у нас и добрые чувствования, а от добрых мыслей и чувств произойдут и добрые расположения, далее - добрые дела и доброе поведение. И мы, значит, достигнем того, чего ищем - жизни непорочной и благоугодной... Чем более кто будет держать духовных мыслей над сердцем, тем оно само будет духовнее, мягче, чувствительнее...

В Богомыслии - всякое веселие, и всякая радость и блаженство. Та душа, которая думает только о божественных предметах, живет как бы в раю, окружена божественным невещественным светом, разливающим блаженство, и, входя в общение с Богом Всеблаженным, блаженствует.

Помыслы всевает враг. Тут противодействующее значение имеет святыня, которой подвижник всегда должен себя ограждать: это - крестное знамение, св. вода, св. елей, призывание имени Иисуса Христа, открытие Св. Евангелия и чтение его и т.п. Вот благодатные средства, данные от Бога для врачевания и утешения, к которым нужно прибегать постоянно, потому было бы странно иметь в руках такое духовное богатство и не пользоваться им.

Принуждай себя как можно чаще читать Св. Писание, чтобы оно собрало твои помыслы, которые враг рассеивает своим злоухищрением, влагая в тебя лукавые мысли...

Любовь есть размышление о Боге с непрестанным благодарением; благодарению же радуется Бог, оно есть знак успокоения *(авва Исайя)*.

Св. Писание есть для нас советник и учитель, ибо учит, какие обычаи злые искоренять и какие добрые насаждать. Если же ум наш и воля оставят советника своего (т.е. Св. Писание), то впадают в прелесть.

Один из первых признаков того, что в человеке живет Дух Христов, Дух Святый - это есть богомыслие и молитва, и, наоборот, первый признак действия в человеке духа сего мира есть рассеянность. Как Дух Божий сосредотачивает человека в себе, побуждает думать о себе, молиться, так дух мира сего рассеивает человека, побуждает его блуждать повсюду, по всяким предметам, только не заходить в самого себя, в свою душу.

Следи за мыслями: здесь - начало греха.

От ежедневного воспоминания страданий Христовых происходит теплая любовь ко Господу, благодарность и смирение.

Что такое внимание к себе? Внимать себе - это значит постоянно, неуклонно бодрствовать над собою, следить за движением своих мыслей и чувств и всему давать ответ: что плохо - отвергать, изгонять, укорять себя, а на благоговейных, молитвенных, святых мыслях и чувствах останавливаться и в них пребывать.

Что мы делаем при помощи головы? Обдумываем, рассуждаем, мыслим. Грешник обдумывает, как бы ему лучше устроить земную жизнь, как бы свои греховные желания удовлетворить. А вы думайте больше о Боге, о вечности, о милостях Божиих, об ответе на Страшном Суде Христовом да как бы что сделать доброе на пользу душе своей.

Многие ли из нас стараются всегда быть неразлучными с Богом, т.е. памятовать о Нем, беседовать о Нем, размышлять о Нем, стремиться к Нему с любовию?

Через исповедание помыслов враг отходит от человека.

Мысли человека имеют крайне сильное влияние на состояние и расположение его сердца и действий; потому, чтобы сердце было чисто, добро, покойно, а расположение воли доброе и благочестивое, надо очищать свои мысли молитвою, чтением Св. Писания и творений св. отцов, размышлениями о тленности, скоропреходности и исчезновении земных удовольствий *(св. Иоанн Кронштадтский).*

Нужно следить за своими мыслями, когда мы бываем одни. Какие именно мысли тогда овладевают нами? Что особенно мучит совесть? *(о. Алексей Мечев).*

Злые и худые помыслы суть слова бесов и предтечи страстей *(св. Григорий Синаит).*

Не то навлекает на нас осуждение, что помыслы входят в нас, но то, когда мы даем им худое направление *(св. Варсонуфий Великий).*

Вражия сила в самом внутреннем человеке, в его уме и в сердце, тайно действует, рождая мысли противные божественным, но люди не знают, что это делается вражиим наваждением, и думают, что это происходит естественным образом; потому, что не сознают действующего в них греха; благочестивые же люди, души которых просвещены от Христа, знают откуда и отчего все сие происходит, и тотчас покаянием и молитвою то изгоняют.

Сатана действует на человека или внутренне, т.е. в мыслях человека, или наружно, т.е. через людей грешных, или через видимые соблазнительные предметы. Следовательно, человек должен бороться с врагами видимыми и невидимыми; и потому надо всегда всматриваться в действия, происходящие в сердце; когда мысли приходят противные Богу, то в ту же минуту противостоять им мыслями приятными Богу и тем побеждать себя и сатану.

Память и размышление: о смерти, о суде, об аде, о Царствии Небесном - есть истинная мудрость.

Как-то сказала я батюшке, что во время пения и чтения в храме меня смущают помыслы тщеславия и теряется спокойствие совести. Он мне на это ответил: "Пред тем, как выйти читать, скажи про себя: "Господи, молитвами отца моего духовного (имя его) помоги мне" *(о. Алексей Мечев).*

Как нельзя не допустить ветра до открытой груди, так нельзя остановить и прилива помыслов; потому что человеческая душа по самой природе (вследствие грехопадения прародителей) открыта для действий зла *(авва Пимен).*

Будь привратником сердца твоего, чтобы не входили в него чуждые; постоянно говори приходящим помыслам: "... наш ли еси или от супостат наших?" (Ис. Нав. 5,13) *(авва Стратегий).*

Всякий согрешает оттого, что при нападении худых помыслов, не отвергает их тотчас противоречием.

Цель сатаны в том, чтобы отвлечь ум наш от памятования о Боге и от любви Божией, употребляя к тому земные приманки, и от действительно прекрасного отвращать нас к мнимо прекрасному.

Смиренный убежден, что он не может ни помыслить, ни пожелать ничего доброго, если Бог не даст ему ни мысли благой, ни желания доброго.

Из сердца непрестанно исходят помышления, иногда добрые, а больше злые. Злым совсем не должно следовать, но и добрые не всегда должно исполнять, ибо бывает, что и добрые сами по себе помышления неуместны на деле по обстоятельствам. Вот почему и предписывается внимать себе, смотреть за всем, исходящим из сердца, - и злое отвергать, и доброе обсуждать, и исполнять только то, что окажется истинно добрым *(свт. Феофан Затворник).*

Если хочешь иметь по Богу житие, помышляй всегда в тайне сердца своего, что ты ниже и хуже всех живущих с тобою. Преуспеяние состоит в том, чтобы приучить себя мыслить в сердце своем: "Каждый человек лучше меня". Без этой мысли человек, хотя бы великие дела совершил, хотя бы кровь пролил, - не угоден Богу.

В том и добродетель, чтобы человек не занимал ума своего миром *(св. Исаак Сирин).*

Худой помысл - предложение греха.

Труд наш над душой - это прежде всего напряженное внимание к ней, постоянный самоанализ своего состояния, внимание к совести, своим поступкам, словам, мыслям, взглядам, выявление искушений и оценка всего происходящего в душе с точки зрения вечных ценностей. Св. Иоанн Кронштадтский говорит про себя: "При непрестанных внутренних искушениях я должен был постоянно обращать душевное мое око внутрь себя, чтобы усматривать нападения внутренних врагов, и таким образом я приучил себя почти к непрерывному духовному созерцанию и тайной молитве".

Да будет Господь наш Иисус Христос первым и всегдашним памятованием нашего ума и сердца.

Часто надо спрашивать себя: не занимает ли что-либо меня и не памятуется ли более Бога в сердце моем? Не пристрастилось ли к чему паче Господа окаянное сердце мое и не мечтает ли воображениями, противными святой любви Божией?

Не надобно дозволять, чтобы мысль наша скиталась всюду.

Особенно же наблюдайте за помыслами, пожеланиями и мыслями, зная, что их часто внушают демоны, дабы осквернить душу помышлением о вещах безполезных и отвлечь ум от размышления о грехах своих и о Боге *(авва Илия).*

Главный вид, в каком является враждебное в нас, есть помысл. Когда враг успеет занять нашу мысль худым помыслом, он уже не без прибыли. Поэтому-то у св. отцов все правила обращены на помыслы, страсти, пожелания и применяются к их свойству. Отсюда - отсеки (не прими) помысл - и все отсечешь.

Мы не можем остановить помыслов, но можем противиться им *(св. Ефрем Сирин).*

Всякий греховный помысл изгоняй из сердца, как можно скорее, как сбрасываешь с одежды и малейшую искру, попавшую в нее.

Не питай пространно плоть твою, и скверные помыслы оскудеют в тебе *(авва Евагрий).*

Молись крепко и с воздыханием во время постигшего искушения помыслами: "Господи, помилуй", "Господи, не оставь меня", "Боже, в помощь мою вонми", "Господи, помощи ми потщися" или иначе как, и - не будешь побежден помыслами.

Не склоняй слуха своего к речам греховным, чтобы не осквернился ум твой.

Хранение ума важнее дел. Истинно хотящий спастись - внимай себе! Сначала приучи ум различать греховные мысли, всеваемые врагом спасения, и немедленно прогонять их молитвою *(старец Филарет Глинский).*

Постоянно размышляй о Боге, и не позволяй уму своему развлекаться.

Открытие помыслов, вопрошение и совет - врагу страшны.

Хорошо собирать мысли смирительные и держать их в душе, нежели раздражительные или гордые.

Нападение на нас греховных помыслов попущено нам для нашей пользы, потому что оно приводит нас к смирению, к опытному познанию нашего падения, нашей греховности.

Греховным помыслам должно противиться, а увлеченья ими немедленно врачевать покаянием... Греховные помыслы и ощущения не должно рассматривать, чтоб они не вкрались в душу и не заразили ее, должно их немедленно отвергнуть, а самому повергаться в пучину милосердия Божия.

Осуждение бывает не только языком, но и мыслию...

Бывает иногда враг сильно восстает, внушает мысли, что не будет тебе помилования и пойдешь в муку вечную, наводит скуку и отчаяние *(схим. Авраамий).*

Помыслы отгоняются псалмопением, молитвою, размышлением о вышних предметах, а страсти отсекают презрением тех вещей, к которым страстны *(старец Георгий Затворник).*

Будем внимать себе. Для сего не должны мы внимать посторонним слухам, которые могут породить в уме нашем только праздные и суетные помыслы.

От излишнего сна страстные помыслы рождаются.

От Иисусовой молитвы рождаются благие мысли *(старец Георгий Затворник).*

Если мы будем помнить о зле, какое сделали нам люди, - в нас ослабеет памятование о Боге; если же будем помнить о зле, наносимом демонами, - будем безопасны от стрел их *(авва Макарий).*

Имей в мысли всегда добро, чтоб и делать его; ибо мысль человека не сокрыта от Бога. Итак, мысль твоя да будет чиста от всякого зла *(Достопамятные сказания).*

Если ощутите мысли, уничижающие в чем-либо других, старайтесь скорее изгонять их из своего сердца и не давать им места.

Должно, вставши утром, посвящать первые мысли и чувства Богу.

Кто скрывает свой религиозный образ мыслей, тот оставляет добро, которое мог бы и должен был бы сделать (через наставление религиозного людям), и становится посему виновен.

Глупы те люди, которые говорят все, о чем они думают, и всякому вверяют свои тайны; благоразумие требует, чтобы мы прежде обдумывали, с кем надо нам говорить, и не причинит ли нам и другим вреда то, что хотим сказать.

Памятование о смерти предохраняет от грехов.

Иногда хорошо занять себя мыслию о страдании Спасителя или другими какими-либо священными событиями; только бы ум и сердце не были в праздности.

Должно следить за мыслями, где они, и направлять их к чему-либо Божественному и к памяти смертной.

В уединении и тишине, а не в народе и молве родятся добрые и небесные мысли *(свт. Тихон Задонский).*

Нужно тебе не принимать худой мысли на ближнего твоего. Кто забывает свое заднее добро, тот есть самый мудрый человек.

Кто к Св. Духу мыслию (в молитве) обращается, тот подобен бывает Моисею, от явления Божия лице прославлено имеющему *(свт. Василий Великий).*

Суета (суетные мысли) - это развлечения настоящей жизни.

От напора помыслов, от врага наносимых, читай Св. Евангелие, ибо Слово Духа Святаго отгоняет мрак душевный, более же вражеский *(преп. Амвросий Оптинский).*

Вопрос: По какой причине бывают хульные мысли? (На Бога, святых, иконы, Св. Тайны, вообще на священное). Ответ: Перестанем судить и осуждать ближнего, и мы не будем бояться хульных помыслов *(св. Иоанн Лествичник).*

Никто не должен думать, что он виновен в хульных помыслах (если он не соглашается с ними и их не хочет), и относить их к бесам.

Старайтесь не обращать на них никакого внимания.

Главное - нужно очищать свою душу исповеданием пред духовным своим отцем (или старцем) помыслов... Ведь, помыслы, когда скрываются, рождают страсти, а когда исповедуются, становятся Богоугодными... и если бы духовники или старцы оказались и не очень опытными, не соблазняйся, ибо не несправедлив Бог, - чтоб души, смирившие себя верою и непорочностью, ввести в заблуждение советом и судом духовника.

Идя исповедать помыслы отцу своему духовному или спросить его о чем, помолись прежде в сердце своем и скажи: "Господи, что угодно Тебе, вложи то в уста отцу моему, чтобы он сказал мне то, и я, как от уст Твоих, приемлю слово его. Утверди его в истине Твоей, чтобы мне всегда слышать от него Св. волю Твою". И потом храни верно и со страхом, что он тебе скажет *(Маргарит)*.

Уединение удаляет от человека суету мирскую, оставляет его с самим собою и Богом; посему келья - та же пустыня. Тогда человек более способен к познанию себя и Бога. Уединение способствует очищению сердца и помышлений.

Знакомства отвлекают от дела, рассеивают ум, жизнь наполняют излишнею суетою, не дают сосредоточиться в себе и в Боге.

Враг паче всего всевает хулы на сию Иисусову молитву. Ибо тогда огонь палит его и отгоняет.

Внешний мир рассеивает внутреннюю сосредоточенность.

Мысленное делание есть размышление - внутренняя беседа с Господом *(св. Агафон)*.

Как бы ни благовиден был помысл, но если отнимает мир у сердца, тонко приводит к нарушению любви с ближними, - он вражеский. Не спорь с ним, не рассуждай - а то уловит и заставит вкусить от запрещенного древа; вооружайся скорее против него, гони

его прочь от себя оружиями духовными: славословием Бога, благодарением Бога, преданием себя Его воле, укорением и осуждением себя, молитвою. Превосходное оружие при сильной брани: прийти в свою келью, повергнуться на минуту пред Богом с прошением Его помощи и преданием себя Его воле. При сильной брани это повторяй несколько раз в день и очень помогает *(свт. Игнатий Брянчанинов).*

О прочитанном Божьем Слове думайте целый день.

Пристрастие не только к человеку, но и к вещам наводит гнев Божий... Не желай видения или присутствия любимого человека, и не услаждайся мыслию о нем.

Минутами уединения пользуйтесь для Богомыслия, либо молитвы и чтения Слова Божия.

Когда идут мысли, выставляющие твои хорошие качества, тогда немедля говори покаянные слова мытаря, припоминая свои грехи, и - искушение уничтожится.

Размышление о смерти есть пища, которая дает жизнь душе человеческой.

Чаще переноситесь в загробный мир.

Бывает крест мысленный: смущают человека греховные мысли, но человек не бывает в них виновен, если не соглашается с ними.

Отгоняйте худые мысли чтением Священных книг. Душа требует ежедневно пищи духовной: молитвы, чтения Слова Божия и Богомыслия.

Ничто так не отвлекает ум наш от Бога, как множество житейских забот.

Когда тело отдыхает, то дух должен бодрствовать в молитве и Богомыслии.

Вырабатывается привычка: привыкнешь о Боге мыслить - так и будешь всегда в душе Его носить, привыкнешь мирское помышлять - так и будешь умом всегда в этом, привыкнешь мыслить страдания Господа, привыкнешь думать о вечном огне - так и усвоится это в душе *(преп. Силуан Афонский).*

Диавол нападает на молодых блудными помыслами; на старых - злопамятством, разленением и вредными привычками; на боязливых - страхом и привидениями; на других - клеветою человеческою, враждою, злобою; на ученых - гордостью и самовозношением.

Вы семейные. Вам нельзя не хлопотать о житейском. Дело все просто: мыслию с Богом будь, а телом твори дела, кои лежат на тебе по заповеди. Вот и все!

Если примешь злой помысл или страсть в сердце, посочувствуешь ей и поносишь ее в душе некоторое время и осквернишь ею душу, то читай покаянный канон или 50-й псалом с несколькими поклонами; если не помогает, то повтори, пока не успокоится душа.

К Одному Богу должны прилепляться любовию и в мыслях не разлучаться с Ним, не заниматься суетою.

Не должно ни о ком худых мыслей иметь, ибо злое помышляет злой, а добрый - доброе.

Мы должны постоянно насаждать духовные желания через святые размышления, молитву, чтение Св. Писания и божественные беседы.

Что глаз не видит и ухо не слышит, то и на ум не придет.

Старайся избегать мирских развлечений и разговоров, которые удаляют от Богомыслия.

Что ни делаешь - размышляй о присутствии Божием.

Не должно мыслить о земном, ибо наше житие - на небесах, откуда и Спасителя ожидаем, Господа нашего Иисуса Христа.

Учитесь внутреннему смирению, говоря: "Господи, даждь ми смирение в мыслях моих"; а себя почитать мысленно, что хуже всех *(архим. Феофан Н.).*

Если что ощутите в мыслях своих нехорошее, то тотчас же и обратите мысль ко Господу и помолитесь: "Сердце чисто созижди во мне, Боже, и дух прав обнови во утробе моей".

Господи, мы поползновенны от юности: Ты освяти души наши, Ты освяти и наши мысли, слова наши, телеса наши *(архим. Феофан Н.).*

Худые беседы заражают худыми мыслями, злом (пороком каким-нибудь) людей и с добрым характером.

Когда страсти взволнуются, ум омрачится и растеряется перед громадностью искушения, помыслы нападут с настойчивостью и неистовством, тогда не только против блудных помыслов, но и против помыслов гнева, печали, уныния, отчаяния, - словом, против всех греховных помыслов, самое надежное оружие - молитва с участием в ней тела *(свт. Игнатий Брянчанинов).*

Душа, которая любит осуждать людей или непослушлива, или невоздержанна, или оставила покаяние - не может избавиться от бесовских козней и освободиться от плохих помыслов *(преп. Силуан Афонский).*

Мысли твои открывай не всем, но только отцу твоему (духовному).

Видения же и помыслы, смущающие душу, как учат св. отцы, не от Бога. И это несомненно.

Духовная жизнь замирает не только от дел греховных, но и таких, которые хотя не только не греховны, но и добры, а отвлекают от богослужения, богомыслия и молитвы.

Секрет святости - замечать все малейшие недостатки наши и неисправности и тотчас выносить их пред милосердное око Спасителя нашего.

Самые телесные добрые дела получают силу только будучи освящены Именем Божиим.

Когда кушаете пищу или питие, мешайте их в устах своих с Именем Божиим.

Беседы о мирском и житейском удаляют мысль от Бога, потому и сама о том не говори, и не сиди с теми, кои говорят о том.

Заботы о суетности житейской и о богатстве отклоняют ум человека от Бога.

Поскольку отвне приходят к нам искушения через зрение, слух, обоняние, вкус и осязание, то должно всячески хранить их.

Добро и весьма добро молчание - оно матерь святых помышлений. Дух Святый бегает многословия, суетливости и рассеяния.

Вспоминай в уме своем о Святых и добродетелях их.

Примеры внутреннего покаяния видны из дневника св. Иоанна Кронштадтского. Он пишет часто про то, как, заметив за собой грех раздражения, или внутреннего осуждения кого-либо, или принятия излишнего количества пищи, или суетной мысли во время богослужения и т.п., тотчас начинал каяться и усиленно просить Бога о прощении ему подобного греха. "Вот что замечаю в долгом опыте: все, в чем раскаялся человек, осудив себя и дела свои пред Богом и

людьми, все это словно исчезает из бытия, становится словно никогда не бывшим, и внутренний свет очищается от всякой тьмы. Когда я исповедуюсь, то обвиняю себя во всех зломыслиях, потому что искренно не нахожу во всем мире такого греха, которого я не сотворил бы мимолетным прикосновением мысли".

Если не обленимся и не дадим у себя места порочным помыслам, но волею своею привлечем ум, понуждая помыслам устремиться к Богу, то, без сомнения, Господь Своею волею придет к нам и действительно соберет нас к Себе, потому что все богоугождение и служение зависит от помышлений *(преп. Макарий Великий).*

"Если на молитве мыслию уклонишься в рассеяние, то возвратись и начни с тех слов молитвы, которые удержались в памяти"... Тем христианам, которые имеют и время и силы, следует исполнять это указание преподобного.

Св. Иоанн Кронштадтский говорил, что воздух нашими действиями и нашими греховными мыслями загрязняется, и надо его очищать - св. вода отгоняет и уничтожает этот нечувствуемый смрад.

Схиарх. Илиодор заботился о чистоте своих помыслов, удаляясь от людей рассеянных и имея духовное общение лишь с людьми благочестивыми.

Каждый помысл, производящий в тебе брань, открывай наставнику твоему.

Особенно на сем пути наблюдать должно, чтоб не обращаться на чужие дела, не мыслить и не говорить о них, по псаломнику: не возглаголют уста моя дел человеческих *(преп. Серафим Саровский).*

Надо соблюдать ум от многоведения и любопытства, ибо они рассеивают ум. Расследование и разузнавание о земном - это узы и сети диавола, который покушается победить любопытством.

Собрание ума в сердце есть внимание. Собрание воли есть бодренность. Собрание чувства есть трезвенность.

Св. Варсануфий Великий сказал и подтвердил, что должно день и ночь укорять и уничижать себя, дабы в помыслах своих видеть себя хуже всякой твари, и что нет иного пути ко спасению.

Откровение помыслов очень нужно и приносит великую пользу. Сие благое делание в нынешнее время совсем почти оставлено.

С благословением и крайне осторожно нужно мыслить о троичности Божества *(св. Иоанн Кронштадтский).*

Много деланий деятельному уму; разумею же - помышление о любви к Богу, о памятовании смерти, о памятовании Бога, о памятовании царства, о ревности св. мучеников, о памятовании вездеприсутствия Божия, о памятовании Святых и умных Сил, о памятовании своего исхода, предстоящей встречи, мучения и вечного осуждения *(св. Иоанн Лествичник).*

Веруя во имя Отца и Сына и Святого Духа, непрестанно содержи в уме твоем сей высочайший догмат нашей веры и в ежедневных молитвах твоих неопустительно читай: "Пресвятая Троица, помилуй нас...".

Как только заметите, что подходит недоброе, сейчас поражайте то, - неприязнью, ненавистью, гневом. Это то же, что подать в грудь нападающего. Затем вопийте ко Господу, Матери Божией и Ангелу-Хранителю о помощи. И не переставайте вопить, пока не пройдет... Все дело внутренней жизни в этом: заметить врага, подать ему в грудь и вопиять ко Господу *(свт. Феофан Затворник).*

Если же за Богослужением будут приходить тебе в голову мысли посторонние, то воззри на крест Господень, помысли о страданиях Спасителя, о своих грехах, за которые Он распялся, и этими благочестивыми размышлениями старайся заглушить в себе мысли, неприличные в храме Божием.

Миром называет Писание чувственные вещи, и мирские человеки суть те, которые к ним прилепили свой ум.

Владыко Господи, прости мне, что я помыслил противное воле Твоей в ведении или не в ведении, ибо Твоя есть милость во веки.

Борьба с помыслами, со страстями! Как она непонятна для людей мира сего, преданных служению плоти и земным кумирам! Между тем, эта борьба - внутренняя борьба человека с самим собою, со своими нравственными недостатками и слабостями, с худыми помыслами, со страстными движениями души, со сквернами сердца, с плотскими похотями и пр. - долг каждого христианина. Все люди так страстно ищут счастья и не понимают, что это счастье не вне, а внутри нас, в очищении от страстей сердца, в возвышенном уме, в просветленной душе, в освобождении от плотских вожделений духа. Это счастье достигается именно путем нравственной борьбы человека с самим собой - борьбы со страстями. Но своими человеческими силами нам не выкрутиться из рабства у дурных сил, надо прибегать к Богу, Его Церкви и Св. Таинствам.

Преподобного отца нашего ФЕОДОРА,бывшего начальником монастыря Вав,из обличения сокрывавшему худые помыслы
О ХРАНЕНИИ УМА

ВРЕД СКРЫВАТЬ ХУДЫЕ ПОМЫСЛЫ

Случилось мне (говорит Епископ Аммон) в теплую полночь выйти вон из своего дома. Нечаянно услышал я голос Феодора и в такой пришел страх, что, несмотря на то, что это случилось в зимнее время - и я одет был в одну только льняную одежду, от страха я покрылся потом. Св. Феодор назвал меня по имени на египетском языке, который я немного уже понимал, поставил меня близ себя и говорил некоему Фивскому монаху, по имени Амаис: "Для чего ты пред очами своими не имеешь страха Божия? Неужели не знаешь, что Бог испытует сердца и утробы? Для чего ты представляешь иногда в сердце твоем блудниц и мысленно обнимаешь их, а иногда воображаешь себе, что ты спишь с законною женою? Сими мыслями ты оскверняешь все тело свое. Для чего ты мечтаешь, что будто сражаешься, что на сражении делаешься победителем, нравишься военачальникам и получаешь от них золото? Вообще, для чего ты занимаешься мыслями, противными монашескому обету? Наконец, ты даже намерен на самом деле исполнить то, о чем мечтаешь. Посему знай, что если не раскаешься, не очистишь себя страхом и слезами, не умилостивишь Господа, а останешься при своем намерении, Господь не даст тебе счастия в пути твоем и осудит тебя на вечное мучение". Амаис, услышав это, пал к ногам Св. Феодора, признался в своих мыслях, дал обещание раскаяться и просил Феодора помолиться за него. Св. Феодор сказал ему: "Да даст тебе Господь истинно познать самого себя, раскаяться и спастись, ибо я вижу, что сердце твое

удалилось от Бога; впрочем, если ты хочешь, можешь обратиться к Богу, потому что Бог принимает тех, кто истинно обращаются к Нему". Потом Феодор, пролив обильные слезы, простил его. Но Амаис по истечении 4-х месяцев удалился из монастыря и вступил в военную службу. Здесь впал он в водяную болезнь и спустя год умер, раскаявшись, впрочем, в грехах своих.

СТРАШНОЕ ДЕЛО - УНИЖАТЬ ДАЖЕ И МЫСЛЕННО - СВЯТЫХ БОЖИИХ

Спустя некоторое время, Св. Феодор, взяв около ста двадцати монахов, отправился с ними на ближайший остров реки (Нила) собирать там растение, из которого делаются рогожи. Между монахами находился и Силван Фивский, который был игуменом 22-х монахов, и Макарий, по прослыванию Старший, который был родной брат Св. Феодора по матери, а не по отцу. В девятый день после того, как Св. Феодор отправился на остров, один из монахов пришел в монастырь Вав и сказал нам, что некоторые монахи, отплывшие с Феодором на остров, привезли на лодке Силвана, находящегося при последнем издыхании, и уже вошли в пристань реки, которая течет близ монастыря Вав. Мы отправились к ним и встретили их уже на дороге. Они несли Силвана, пораженного параличом. Три дня с того времени, как находился в параличе, он ничего не слышал и не говорил. А в течение других дней, будучи в одинаковом состоянии, он не принимал ни пищи, ни пития. Феодор Александрийский, Пекиссий, Псамфий, Псентаисий, Елурион и Исидор, люди богоугодные, поднявши руки к небу, со слезами просили Бога помиловать Силвана, и в то время, как они молились, Силван сказал, так впрочем, что только я услышал слова его: "Благословен Бог, наказавший и помиловавший меня!" Немедленно и я громко произнес: "Благословен Бог...", и прочие окончили молитву. После сего Феодор приказал мне быть в услужении у Силвана и подкрепить его пищею. На другой день по утру Силван велел собраться к нему всем монахам монастыря. Когда они собрались, то он, сидя на постели Своей, начал

говорить: "Послушайте, как случился со мною паралич. В четвертый день недели (т.е. в среду) Феодор, став на острове на некотором месте, давал наставления окружавшим его братиям и вдруг, замолчав, отступил от того места, на котором стоял и взорами своими указал на двух небольших змей, чтобы кто-нибудь умертвил их. "Поскольку они обе находились при ногах моих, - сказал Феодор, - то, чтобы не развлечь внимания братии, я скрывал их под ногами своими, сделав для них некоторый род гнезда". После, когда змеи были умерщвлены, Феодор сказал мне, что явился ему Ангел Господень и открыл, что некоторые монахи, находящиеся под моим смотрением, нерадят о своем спасении. Имена некоторых из них Феодор открыл и мне. На одного из них, по словам его, произнесен был от Бога и суд, и Феодору приказано было изгнать его из монастыря, а он живет в монастыре Вав. Я, слушая все сие, смеялся в сердце своем над Феодором и думал: "Не брат ли он Макария? И не мать ли Макариева родила и его? От чего ж он так тщеславен, между тем как Макарий очень смирен?" В то самое время, как я думал это, некто в блистательной одежде и с весьма грозным видом приступил ко мне и сказал: "Неужели ты не боишься Бога, думая так худо о рабе Его?" Эти слова привели меня в великий стыд. Потом сей неизвестный муж ударил меня по щеке, и я уже не помню, в каком я был состоянии и как принесен сюда, доколе Бог не исцелил меня". Мы все, выслушав сие, прославили Бога.

ПОКАЯНИЕ ДРЕВНИХ ИНОКОВ В ПОМЫСЛАХ

По прошествии немногих дней, Феодор, возвратившись с острова в монастырь, приказал собраться братиям. Поговорив немного с ними, приказал ожидать возвращения его и пошел с двумя монахами к тому дому, в котором братия имеют общий стол. Увидев одного молодого монаха, выходящего из сего дома, остановил его и, отведя в некоторое место, покрытое сводом, принуждал рассказать о своих делах. Это был тот самый монах, о котором говорил ему Ангел и которого велено было ему изгнать из монастыря. Поскольку он не хотел признаться во грехах своих, то Феодор сам начал рассказывать о первом его грехе; и

в то время, как спрашивал его, не был ли еще кто из монахов участником в сем грехе, он припал к ногам Феодора и просил молчать о прочих делах его и выслать его из монастыря. Когда Феодор согласился на сие, то монах пред всеми собравшимися братиями сказал, что Бог действительно открыл грехи его рабу Своему Феодору и что Феодор справедливо изгоняет его из монастыря. Феодор, повелев изгнать его из монастыря, дал приличное наставление братии. Потом, поскольку Ангел обвинил ему и других монахов, ночью особо ходил к каждому из них, открывал каждому, сколько кто грешил после святого крещения, и продолжительными наставлениями убеждая каждого умилостивлять Бога посредством покаяния, приходил в некоторый род исступления. Монахи, видя что Бог еще оказывает к ним милость Свою, решились открыть пред всеми грехи свои; но Феодор удерживал их от сего, объясняя им, что большая часть братии не может перенести открытого их признания в грехах, и неукрепившиеся в служении Христу монахи получат от сего вред. И когда некоторые из них признавались пред всеми во грехах своих, Феодор запретил им это, чтобы они сим поступком не подавали слабым повода для осуждения.

ОТ НЕРАДЕНИЯ УСИЛИВАЕТСЯ СТРАСТЬ

Это случилось во дни Четыредесятницы. Во дни Св. Пасхи все монахи из десяти монастырей, находящихся под начальством Феодора, собрались в монастырь Вав, потому что они имеют обыкновение каждый год вместе праздновать Св. Пасху. Ввечеру поздно в третий день недели (во вторник) многие из монахов просили Феодора изъяснить им те места Св. Писания, которых они не понимали. Феодор, объяснив это каждому, наконец сказал: "Мне приятно говорить с вами только о хорошем. Нечистый дух, придя к нам, осмеял одного из нас. В прошедшую ночь, когда монахи по обыкновению4 своему пришли ко мне, нечистый дух был между ними. Он заметил, что один здесь монах чувствует в себе сильный голод и чрезвычайно нерадит о себе. Злые духи усиливают страсти, открывающиеся в людях. Сей дух возбудил в нем худые желания, увеличил его голод и

побудил его украсть немного хлеба, и тайно съесть оный. Сей вор и нарушитель собственного своего обета теперь сидит между прочими монахами и, подобно им, как бы ожидает времени, определенного для принятия пищи". Феодор после сего сказал монахам: "Никто не должен принуждать себя поститься сверх сил своих; потому что от чрезмерного поста тело истощается. Итак, слабые из вас могут есть каждый день ввечеру, кроме пятка". Тогда упомянутый монах, встав пред всеми нами (а всех нас было в то время более двух тысяч), пал к ногам Феодора и обличил себя. Феодор закрыл лицо его одеждою своею и, не допустив его сделаться известным всему собранию, сказал: *"Кто изнемогает, и не изнемогаю?"* (2 Кор. 11,29).

НАКАЗАННЫЕ ЗА СОКРЫТИЕ ХУДЫХ МЫСЛЕЙ

Некоторый Фивский монах, по имени Моисей, находился под смотрением Силвана, о котором прежде упомянули. С Силваном и другими братиями он послан был на некоторый остров реки набрать там дикой капусты и приготовить ее для пищи братиям. В пятый день после того, как он отправился на остров, Феодор приказал призвать его одного в монастырь, но тот не послушался, сказав, что придет вместе с прочими братиями, когда все они окончат дело свое. Несмотря на сие, был насильно приведен в монастырь. Здесь он нашел Феодора плачущим в келии своей и услышал от блаженного старца такие слова: "Для чего объявлено мне о смерти души твоей, а не тела, что было бы гораздо лучше? Сидя с тобою в твоей келии, не говорил ли я тебе день и ночь, что душа твоя занимается худыми предметами и что порочные желания твои хуже всякого тяжкого греха? Худые мысли многих погубили. Ты говорил мне тогда, что злые духи внушают тебе сии порочные мысли, а я тебе отвечал, что злым духам не позволено нападать на тебя, но что ты сам подкладываешь дрова под себя, сам даешь пищу нечистым духам и привлекаешь их к себе худыми мыслями. Не говорил ли я, что на тебе исполняются слова, сказанные в Притчах: *Якоже нива муж безумный и яко виноград человек скудоумный: аще оставиши его, опустеет, и травою порастет весь, и*

будет оставлен, ограды же каменные его раскопаются?" (Притч. 24, 30, 31). Далее сказал ему Феодор: "До чего довела тебя наконец худая жизнь твоя!" На это Моисей отвечал, что он не имел никаких мыслей кроме тех, о которых напомнили ему теперь. "Когда ты был за хижиною, - спросил его Феодор, - о чем думал ты и что представлял ты в сердце своем?" Моисей отвечал, что сии мысли были внушение злых духов. Феодор на сие сказал ему наконец: "До того времени злой дух не имел власти над тобою; теперь, поскольку ты принял в сердце свое худые мысли и сделался жилищем злых духов, напрасно живешь здесь в монастыре; мне приказано изгнать тебя отсюда". После сего Св. Феодор отдал его четырем молодым монахам и велел отвесть в дом его. Но лишь приблизился он к монастырским воротам, то, будучи объят злым духом, замычал подобно волу и побежал в свое селение. Там четыре монаха связали его...

ОСТЕРЕГАЙСЯ СВОИХ МЫСЛЕЙ

ибо мысли слышны на небе.
(блаж. Августин)

Мы должны непрестанно хранить сердце свое от непристойных помыслов и впечатлений *(преп. Серафим Саровский).*

Греховные мысли не должно ставить в грех, но считать их за искушение; в противном случае диавол будет тем утешаться. Надо знать, что кто противится греховным мыслям, тот заслуживает у Бога великую благодать.

Авва в ответ брату, жаловавшемуся на свою душевную брань с помыслами, сказал между прочим следующее: "Не удивляйся случившемуся с тобою. Ты видишь меня, как я стар - семьдесят лет живу в келье этой, в заботах о спасении моем. В такой старости поныне претерпеваю искушения и напасти (от помыслов).

Не подумай когда-нибудь не радеть о помыслах, ибо никакая мысль не может утаиться от Бога *(св. Марк Подвижник).*

Что бывает с травой, по которой часто ходят, - и она не растет, то же бывает и с сердцем, и с добрым расположением, если предаться мечтам или пустому чтению, или развлечениям *(свт. Феофан Затворник).*

Надо помнить, что все отвлекающие нас от молитвы посторонние мысли внушаются нам темной силой... Надо приучить себя не переходить к следующим словам и мыслям молитвы, пока не будет сознания, что только что произнесенные слова глубоко поняты, осознанны.

Когда освятится ум наш, тогда он будет стремиться, чтобы не было сказано или сделано что-либо, Богу не угодное, тогда душа будет оберегаться от всякого греха. Поэтому, сколько в нас есть сил, надлежит подвизаться, да освятится Христом ум наш, восприяв благодать Св. Духа.

Надобно знать, что невозможно нам иметь успеха в богоугодной жизни, если будем блуждать мыслями туда и сюда. Почему прежде всего должны мы всеми мерами удерживать помысл... Рассеянность мыслей происходит от праздности ума, не занимающегося необходимым.

Мы непрестанно должны хранить сердце свое от непристойных помыслов и впечатлений, по слову приточника: *"Всяцем хранением блюди сердце твое: от сих бо исходица живота"* (Притч. 4,23).

Путь умосозерцательной жизни состоит в возвышении ума ко Господу, в сердечном внимании, умной молитве и созерцании через таковые упражнения вещей духовных.

Как не удерживаешь скорпиона за пазухою, так не держи худого помысла в сердце твоем *(авва Евагрий).*

А когда ошибкою вместо прошения прикажете повелительно что-нибудь сделать, тотчас раскаивайтесь в этом мысленно в сердце своем пред Господом *(старец Георгий Затворник).*

Вы одно удерживайте в сердце вашем доброе, благое, спасительное, прочее же предавайте забвению.

От помыслов и грех бывает, как от корня - дерево или как от семени - плод. Отсеки корень, и дерева не будет; подави семя, и плод не возрастет *(свт. Тихон Задонский).*

Не приражение помысла есть грех, но дружеская беседа с ним *(св. Марк Подвижник).*

Прошу вас не вдаваться в мысли и разговоры, какими не пользуется ум и не назидается душа, а только ослабляются чувства *(старец Георгий Затворник).*

Грех человека уничтожается исповеданием, а самые корни греха истребляются борьбою с греховными помыслами и повторениями исповедания, когда помыслы начнут одолевать *(свт. Игнатий Брянчанинов).*

Умная же молитва есть, когда ты, стоя в сердце вниманием, взывать будешь ко Господу и прося или каясь, или благодаря, или славословя Его...

В скорбных помыслах никакого нет толку: от скорби не избавляют, никакой помощи не приносят, только расстраивают душу и тело - значит, они от бесов - и надобно их отгонять от себя. Отгоняют же скорбные помыслы "Благодарением Богу".

А сколько священников и первосвященников, не священно и неправо мудрствующих и живущих? *(св. Иоанн Кронштадтский).*

Надлежит нам позаботиться о том, чтобы ничего не делать необдуманно или небрежно.

Если мысль придет неполезная, будет звать: туда пойди, или то скажи, а мы ей воспротивимся и молитвою отразим ее, то вот и победители стали! Небесную мысль с нуждою приобрести можно; а дурная сама приходит и отогнать ее можно только молитвою.

Если же кто поверит внушению врагов и приемлет мысли их такие, что он не спасется или что он будет осужден, или будет отвержен Богом, или что предопределен к погибели, то душу такого человека бесы увлекут к себе, потому что он отчаянием своим отверг искупление и уничтожил милосердие Божие и, подобно Каину, счел свои грехи превышающими милосердие Божие.

Мы желаем быть со Христом... но в душе нашей все время стоят негожие помыслы и мечтания бесовские, как постояльцы и арендаторы нашей души... Горе нам будет по смерти: мы одиноки... без Христа в душе... бесы накинутся на нас, как на своих сообщников... Нужно непрестанно произносить в душе Божественное Имя Господа Иисуса Христа, чтобы хотя бы мысленно быть с Ним и держать Его в себе, а не с помыслами и бесами. Животворящая сила Имени Его будет гнать из души помыслы и бесов... - как Он Сам сказал: "Именем Моим бесы ижденут..." - и уготовляй душу к принятию Его в себя по смерти... А в Нем жизнь вечная! Иначе - гибель. Без Имени Его в душе - властителями души будут бесы. При жизни умоляй Господа о помиловании так, как ты стал бы это делать пред бездной, в которую хотят опустить тебя.

Если хочешь непрестанно памятовать о Боге, то не отвергай наводимых скорбей, переноси их с терпением и безропотно.

Один брат был искушаем богохульными помыслами и пришел к Авве Пимену, чтобы открыться в них. Когда он рассказал старцу свои богохульные помыслы, то тотчас же почувствовал облегчение. Старец сказал ему: "Не скорби, сын мой! Но когда приидет тебе такой помысл, говори: "Я не виноват; хула твоя, сатана, да падет на тебя. Душа моя не хочет сего". - А все, чего душа не хочет, скоро проходит". - Таким образом, брат пошел от старца, уврачевав душу свою *(Достопамятные сказания).*

Путь тесный и прискорбный есть обуздание своих помыслов и отсечение собственных пожеланий для Бога. Сие-то значит: "Се, мы оставихом вся, и вслед Тебе идохом".

Вы помянули о превосходстве уединения... Хорошо оно. Но ведь можно сидеть за стенами, а умом не знать где быть *(свт. Феофан Затворник).*

Старец о некиих сказал: "Хороши они, но двор у них без ворот". - Это сказал старец потому, что они говорили все, что ни приходило им в голову.

Человек, всякий час имеющий в уме смерть, победит нерадение.

Как только придет в голову осуждение, так сейчас же со вниманием обратитесь: "Господи, даруй ми зрети моя согрешения и не осуждати брата моего".

Праздность умножает худые помыслы.

Во время молитвы бесы вкладывают в ум воспоминание о разных необходимых, нужных вещах или напоминают о вещах забытых и искомых; то вносят человеку в разум иногда мрачные мысли или воспоминания о людях, оскорбивших его, чтобы раздражить человеческое сердце.

Размышления о св. мучениках нас ободряют с удовольствием переносить оскорбления ради Христа, ради приобретения вечного блаженства *(старец Георгий Затворник).*

В скорби и печали должно прибегать к памятованию о Боге и этим увеселять свою душу.

Полезно испытание мыслей пред входом в церковь. Убегай общества легкомысленных людей.

Не только телом падают (в грех) люди, но умом и сердцем и глазами *(свт. Тихон Задонский).*

Проходящий путь внимания не должен внимать посторонним слухам, от которых голова может быть наполнена праздными и суетными помыслами и воспоминаниями, но должен быть внимателен к себе *(преп. Серафим Саровский).*

По Прологам живите, а не по своему уму *(старец Адриан Югский).*

От духовного ума послушать устных разговоров - полезно.

Душа есть родник: если будешь раскапывать его (т.е. бороться с худыми мыслями, каяться, открывать старцу, читать Слово Божие и т.п.) - очистится, если же засыплешь - исчезнет.

Человек, который познал сладость кельи (через общение с Богом и пребывание в Боге), бегает своего ближнего, хотя и не презирает его.

Всегда воспоминай и размышляй о краткости сей жизни, о тленности благ земных и скоротечности мирских удовольствий. Содержи сие в памяти и молись Господу, да будет благодать Его с тобою.

Не так страшны все демоны, как следование собственному сердцу, т.е. помыслам, а не закону Божию.

Безмолвствовать - это значит пребывать в своей келье в страхе Божием и в размышлении о Боге и воздерживаться от памятозлобия и высокоумия.

В церковь входи, как на небо, и в ней не говори и не помышляй ни о чем земном.

Отсекай мирские привычки, чтобы борьба твоя с мыслями не затрудняла тебя *(авва Дула)*.

Случается, что после трудов доброделания, диавол находит случай обольстить человека или самооправданием, или возношением, или вложив в него помыслы неверия, или помыслы злого произволения и не только погубляет все труды его, но и удаляет его от Бога; и чего не мог достигнуть через дела, то производит через один помысл: ибо бывает, что и один помысл может удалить человека от Бога, как скоро человек примет его и подчиниться ему *(преп. Дорофей)*.

Сказал старец: "Чем приобретается смиренномудрие души?" И отвечал: "Когда думаешь только о своих грехах" *(Достопамятные сказания)*.

Чтобы избежать рассеянности на молитве и приобрести внимание, должно умом внимать в чтение, пение, воздерживаться в зрении, чтобы не было внешних впечатлений, меньше разговаривать, всегда хранить себя от грехов, и Бог поможет приобрести внимательную постоянную молитву *(Афонск. пустын.)*.

При мыслях осуждения других переходить на осуждение и укорение себя и воспоминание грехов.

Вращение в уме добрых дел добродетельного человека, или то же сопоставлять свою жизнь с жизнью Святых, приводит к смирению.

В обычном ходе твоей жизни есть такие промежутки времени, когда, например, ты совершаешь прогулку, принимаешь пищу, делаешь переезды и т. д. - и это время весьма удобное для беса - пленять наш ум ненужными мыслями и вожделениями. Приучи себя в это время творить молитву Иисусову, и этим ты предохранишь свой ум от блуждания и сохранишь себя в добром настроении *(архиепископ Арсений Чуд.)*.

Когда желудок наполнен пищей, то сердце возносится мыслями, если же голодает, тогда смиряется и сердце.

Не обращай в сердце хвастливых мыслей, не произноси хвастливых слов: я сделал то и то, я понес такие и такие трудности, я не обезпокоил и не потревожил никого. Тот, кто заражен такими (и подобными) мыслями, сделался жилищем диавола и нечистых духов.

Не предавай души твоей помышлениям злым, да не осквернят они сердца твоего и чистой молитвы да не отдалят от тебя.

Когда нападут на тебя худые мысли, старайся изгнать их исповеданием.

Да не мечтает ум твой о том, где увеселения, пиры и вечера.

Чтобы избежать всяческих грехов, надо непрестанно иметь в сердце и в устах Имя Всесвятого Бога, чтобы не давать через праздность и леность места греху: ибо грех вселяется от невнимания к себе и маловерия.

Если умилит душу какое молитвенное слово (в церкви или дома), стой на нем и питай душу. Вниманием к этим проявлениям спеется воспитание молитвы *(свт. Феофан Затворник).*

... Мало сказать, надо пожалеть, сокрушиться и со страхом, как на суде, исповедать Господу греховный помысл. Так и во всяком случае. В сем непрестанное раскаяние, которое есть главное дело внимающих себе. Но когда помысл пошевелит сердце, и сие лукавое мало-мало усладится им, тогда надобно бранить себя и умолять Господа о помиловании, и бить себя до тех пор, пока в сердце родится противоположное чувство; например, вместо осуждения возвеличание другого *(свт. Феофан Затворник).*

Великая ошибка и ошибка всеобщая - почитать все, возникающее в нас, кровною собственностью (т.е. худые чувства, злые мысли, движения страстные). Заметив приближение врага (начинающееся возбуждение или помысла, или страсти, или наклонности), первее всего спеши сознать, что это - враг. Кто хочет вести брань с собою, тот должен разделить себя на себя и врага, кроющегося в нем. Отделив от себя известное порочное движение и сознав его врагом, передай потом сие сознание и чувству, возроди в сердце неприязнь к нему. Это самое спасительное средство к прогнанию врага *(свт. Феофан Затворник).*

Св. размышлениями занимайся наипаче в ночи. Тогда бо тихое время и удобное к размышлению *(свт. Тихон Задонский).*

Нужно заботливо сопротивляться великой страсти: гневу ли, гордости, зависти, тщеславию и делать это сейчас же после появления помыслов этих страстей, не соглашаться мысленно с тем, что внушает враг невидимо. Нельзя давать этим помыслам и минуты пробыть в душе и укорениться в ней, ибо чем дальше с ними бороться, тем

труднее с ними становится борьба и Ангел-Хранитель может отступить от нас за несопротивление злу, греху...

Отцы говорят, что такого рода искушениям (нападение помыслов) подвергаются люди благочестивые за грех осуждения, не очищенный покаянием, а иногда за горделивые помышления о себе.

Обрати внимание на деятельность своего ума и увидишь настоящий толкущий рынок: сколько пребывает помыслов и более пустых *(игум. Антоний).*

Отчего иногда душа побеждается помыслами? Оттого, что не противится им, дозволяет им входить внутрь, и они, находя там себе пищу, понемногу расстраивают душу *(св. Ефрем Сирин).*

Худые помыслы бывают оттого, когда кто думает о себе, что живет хорошо, или думает, что молится усердно, а других осуждает. За это и попускается сей бес *(иеросхим. Макарий).*

Мы сами являемся причиною, что вещи развлекают нас, а не собирают; разоряют, а не созидают. Какая-нибудь вещь развлекает нас, потому что мы привыкли соединять с нею неблагочестивые мысли. Если же приучим себя соединять с нею благие помышления, то она перестанет для нас быть соблазнительною и суетною (свт. Тихон Задонский).

Ты должен не всякому помыслу своему веровать, а паче когда со смущением подходят.

Первый прием врага спасения есть - подсовывать какие-либо дела и привязывать к деланию их. Пусть они не худы, но худо то, что заняв мысль и чувства, отклоняют от главного, заставляя или отодвигать его на второй план или совсем позабывать его на время *(свт. Феофан Затворник).*

Враг знает, что победа человека и одоление его, и сокровище его, и защита, и все у подвижника производится помыслом его, и

совершается в краткое мгновение, только бы помыслу подвигнуться и с оной высоты снизойти на землю, и произволением на одно мгновение показать свое согласие.

Святые отшельники, спасавшиеся в пустынях, боялись не столько грубых чувственных искушений, сколько тех тонких и незаметных, которыми враг старался уловить их на высоте духовных помыслов, в глубине их нравственной чистоты и святости.

Если ты разгневался, - подави гнев; дурно подумал, - укори себя и т.п. О, как желательна такая внутренняя работа.

Размышляйте о том, что здешнее все мимолетно, а будущее вечно.

Когда придет какое искушение, то читайте в мыслях или вслух: "Господи! Избави мя от искушения" *(архим. Феофан Новоезерский).*

Чаще думайте о небесном, тогда все земное легко будете переносить.

Надо чаще думать, что скорби необходимы для вечного спасения.

Смиренномудрие - это себе внимать, за собою смотреть, что я нерадива, что я ленива, что я против худых мыслей не вооружаюсь, не побеждаю их.

Св. книги читать поутру, а потом целый день размышлять, что читала *(преп. Амвросий Оптинский).*

Выделяйте ежедневно время на размышление о своих грехах и мытарствах.

Чтобы приобрести любовь к Богу, надо чаще воспоминать, что сделал для нас Господь.

Размышляйте, как можно чаще, о благодеяниях Божиих и особенно - о жизни Господа на земле.

Чтобы приучить себя любить всякого человека, надо при встрече с ним мысленно просить Бога о спасении его.

Когда вы делаете добро, всегда приводите на память свои злые дела для того, чтобы душа, взирая на свою виновность, никогда неосторожно не усладилась добрым делом.

Гневаться позволительно только на свои дурные мысли, на свои грехи и на самый гнев свой.

Когда ум от Св. книг только будешь острить, а волю не будешь исправлять, то от чтения книг злейший будешь, нежели прежде был; понеже злейшие бывают ученые и разумные дураки, нежели простые невежи *(свт. Тихон Задонский).*

Известно, что враг спасения людей, благочестиво живущих, более тем уловляет, что внушает им о себе добрые мысли. Но вы будьте осторожны: что ни сделали доброе - все относите к Богу.

Как явилась мысль, противная Богу, тотчас сказать: "Господи, отыми от меня помысл лукавый". Нельзя ничем избавиться от нее, как только молитвою.

Пишете, что вам приходит мысль, будто вы не избегнете адских мучений. Мысль эта отчасти вражеская, дабы ввергнуть в отчаяние... Мысль, внушающую отчаяние, отражайте надеждою, что нет греха, побеждающего милосердие Божие *(старец Арсений Афонский).*

Когда появляются нехорошие мысли, то укори себя за них: "В таком грешнике, как я, и должны быть такие недостатки".

Поминай, как Господь Сам пострадал, и Его ученики и все Святые многими поты, претерпевшие укоризну, нищету, скорби, гонения, неправду и восхитили Царствие Небесное.

О будущем, как жить, не надобно вдавать себя унынию и углубляться в мыслях, а говорить: "Да будет воля Твоя" *(архим. Феофан Н.).*

Наши родственники - небесные силы, святители, мученики, преподобные и все святые; к ним надобно обращаться умом своим.

Если мы призовем Господа Бога, то никакая худая мысль устоять не может, но только тогда, как мы совершенно в смиренном духе припадем к Нему *(архим. Феофан Н.).*

Почаще говорите себе: "Господи Боже мой, Создателю мой, Благодетелю мой, не остави мене, Ты мне помоги творити волю Твою, Ты просвети мои мысленные очи сердечные, Ты просвети тьму мою, яко Тобою избавлюся от искушения" *(архим. Феофан Н.).*

Должно духовной науке учиться, и не оставлять мыслей своих, чтобы бродили без всякого ограждения, озирая чужие дела и недостатки, а и помолиться: "Господи, даждь, мне мысль благу" *(архим. Феофан Н.).*

Не должно допускать лукавых помыслов, вселяющих в нас печаль или ненависть к месту, в котором мы живем, или к сожителям; не должно слушать помыслов, советующих перейти на другое место; но нам необходимо ежечасно быть трезвыми и отвращать ум свой от козней бесовских, дабы переходом нашим не нарушилось наше правило, ибо дерево, часто пересаживаемое, не приносит плода... доброе дело достигается не местом, а изволением и верою.

Когда помысл станет внушать тебе укорить ядущих, не слушай его, ибо он от врага.

Если войдет помысл в сердце твое сделать что-нибудь важное, не вдруг исполняй то, чтобы враг не посмеялся тебе, но все делай с советом духовного отца твоего.

Мысли, как молния приходят непрестанно, напоминая прежние греховные удовольствия, и тем смущают душу, приводя ее в искушение *(иеросхим. Александр Гефсиманский).*

За обильным столом поминай смерть и страдания Спасителя.

Сокрушение сердца не допускает увлекаться неполезными помышлениями.

Не подчиняйтесь дурным мнениям людей о дурных людях, и не предавайтесь чувству отвращения к кому бы то ни было. Это - средство сохранить душевный мир.

Не можешь много поститься и предстоять на молитве (телесно), упражняйся более в умной и сердечной молитве.

От многих разговоров овладевает человеком рассеяние мыслей и леность к трудам и подвигам, а в особенности к молитве.

С тщеславием надо бороться. Не принимайте этой мысли. Как же не принимать? Не принимать - значит не обращать внимания *(старец Варсануфий Оптинский).*

Когда помыслы будут приноситься на других по какой-либо причине, то молись так: "Господи, помилуй нас!" - и успокоишься.

О падениях надобно разуметь всякого рода: в помыслах, словах, нерадении и лености *(старец Макарий Оптинский).*

Кто во время искушения обретает чувство благодарности, тот отгоняет от себя находящие на него помыслы, и когда ты не думаешь, что труд твой угоден Богу, то сим приобретаешь себе помощь Божию, охраняющую тебя *(авва Даниил).*

Старец при поливании сада закрыл лицо свое куколем, чтобы ум не отвлекался через рассматривание деревьев от делания Божия...

Сидя в келье, мы боремся с помыслами страстными, греховными, а среди людей - с самыми страстями. Вот и выходит одно и то же, только в последнем случае борьба обширнее, живее, действительнее. В келье мы изучаем Слово Божие, а среди людей должен стараться исполнять его *(игум. Арсения).*

Диавол уловляет душу того, кто сам любит воспоминать о добрых делах своих, гордясь ими пред другими и пред самим собою, тем самым уже теряет свои заслуги пред Господом!.. И потому надобно вести себя так: когда обольщает нас мысль о богатстве наших добродетелей, тогда око ума нашего должно обратиться к обозрению своих греховных поступков и спасительно преклонять себя долу, имея в виду не то, что хорошего сделали, но то, что пренебрегли сделать или сделали худого *(св. Григорий Двоеслов).*

Нет пустее голов, занятых собою.

Когда идут мысли, выставляющие твои хорошие качества, тогда не медля говори покаянные слова мытаря, припоминая свои грехи, и искушение уничтожится.

Кающемуся грешнику надобно иметь великую осторожность и осмотрительность при воспоминании прежних своих грехов, чтобы вместо сокрушения и смирения не рождалось от сего воспоминания уныние или страстное услаждение.

Как необходимо свобода души, мысли и сердца от всякой суетной заботы о временном для всякого, кто ищет теснейшего сообщения с Господом.

Не должно держать в памяти неудовольствия на кого-нибудь.

Затворив двери комнаты своей, должно равно затворять уста и ум, чтобы не говорить и не мыслить о суетном и мирском, а заниматься духовным.

Мы должны обращать особенное внимание на внутреннее: побеждать худые мысли, недобрые чувства и расположения.

Должно нам непрестанно вычищать дом души и осматривать, не засело ли какое ядовитое животное: грешная мысль или злое расположение, обидчивость, уныние или что иное - и окуривать его молитвою, покаянием, богомыслием или чтением Слова Божия.

Если благая мысль побуждает человека на какое-либо доброе дело: то дело сие немедленно, по возможности своей, следует исполнять, а иначе сердце опять исполнится томительными непотребными мыслями...

Диавол тем которые бодрствуют, трезвятся и себе внимают, не только не вредит, но еще и пользует, не через свое произволение, которое есть злое, но по причине постоянства тех, которые злобу его в свою пользу обращают. Не от силы диавольской побеждаемся, а от своей слабости *(свт. Иоанн Златоуст).*

С кем бы то ни было: не любите и не медлите в непотребных разговорах... страшливых помыслов не будет.

Ведь нужно уклоняться от самых любезнейших, ежели их беседы уклоняют нас от богомыслия и лишают мирного пребывания в Боге... Пусть всех оставят и возненавидят, если хотят, даже и своих домашних, только бы не лишиться одного вечного блага.

Познайте козни вражеские и коварства, когда на молитве или на чтении наносит разные мысли и предлагает работу, чтобы отвлечь и помрачить душу, просвещающуюся в молитве и чтении, или когда наводит уныние, дремоту и сон: примечайте сие и понуждайте себя *(старец Георгий Затворник).*

Чтения и молитвы не меняйте ни на какие другие труды; нужно разуметь козни хитрого врага и знать его коварство: иногда лукавый дух предлагает мысль, под видом благой, что нам надобно особенно заниматься ненужными трудами, а таким образом хочет лишить нас

лучшего занятия - под предлогом смирения: но нищие духом познают бесовскую прелесть, молятся Господу и продолжают обогащаться чтением Божия Слова.

Есть такие духовные книги, от которых питается ум, не затрагивая чувств сердца, и тогда от чтения их мало пользы христианину в отношении очищения сердца от страстей и пристрастий.

Нехорошие книги под головой и во сне могут вызвать греховные мечты. Да вообще христианам нельзя иметь в своих жилищах ни антирелигиозной литературы, ни безнравственных книг.

Памяти смертной враг боится больше всего, больше молитвы, и все свое лукавство употребляет на то, чтобы отвлечь человека от этой памяти, увлекая чем-либо земным *(архиепископ Варлаам Вятский).*

Те, которые идут к Богослужению покушавши, добровольно налагают на себя ненужную и вредную тяжесть и заблаговременно заглушают сердце свое для молитвы, преграждая к нему доступ св. помыслов и св. ощущений. Крайне надо остерегаться, чтобы не кушать перед Богослужением.

Когда будут приходить помыслы зависти, надо молиться: "От тайных моих очисти мя и от чуждых пощади раба Твоего" *(преп. Амвросий Оптинский).*

Помыслы борют очень многих, только смиренных не смеют трогать. А мы смирения не имеем, вот и терпим безчестия.

Не слушать своих рассуждений и помысла, все делать с благословением, а не по своей воле, чтобы избегнуть тщеславия, через которое все потеряешь.

Хорошее дело - в молчании заниматься Божиими делами как: молиться, читать Божественное, размышлять о Боге, смерти, Царствии Небесном, о жизни Спасителя на земле и т.п., ибо муж мудрый хранит безмолвие. Но знай, что как скоро начнет кто-либо безмолствовать,

тотчас приходит лукавый и отягчает душу унынием, малодушием и греховными и пустыми мыслями, отягчает тело усталостью, расслаблением колен и всех членов, расслаблением силы души и тела.

Люби пост, потому что без него нельзя избежать худых помыслов, а за помыслами - худых дел. Как можно чаще и внимательнее и дольше размышляй о смерти.

Тщательно Бог взирает на мысль твою... и усматривает, как ты взыскиваешь Его: от всея ли души или с небрежением и леностью - и тогда уготовляет тебе победу *(преп. Макарий Великий).*

Кто не любит уединения, безмолвия, тишины, тот не может наблюдать своего сердца, мыслей, слов, разговоров, и потому произвольно уклоняется от Царствия Небесного и увлекается в прелесть древния злобы. Следственно таковые внутренним словом не пользуются.

Когда ум не внимает словам молитвы, но занят пустыми помыслами и мечтаниями, тогда молитва скрадывается и уничтожается, а оскверняется она, когда во время ее ум, отвлекшись от молитвы, обратит внимание к греховным помыслам и мечтаниям, представленным врагом. Когда явится тебе помысл и мечтание греховное, нисколько не обращай внимания на них... и умоляй Бога о прогнании от тебя убийц твоих.

Как за злые мысли человек будет осужден, так за добрые будет награжден. Должно знать, что злые греховные помыслы приносит человеку враг его - диавол, а если человек не примет их, то за сие награждается от Бога, чему много есть примеров: св. Мария Египетская в продолжении семнадцати лет покаяния своего боролась с греховными помыслами и за сопротивление им достигла равноангельской чистоты.

Иногда одно презрение прогоняет невидимого врага, а сопротивление только размножает его и раздражает.

Если мысль во славу Божию, скажите ее - пусть и другие славят Бога. Если она в пользу или в утешение ближнему, скажите ее - пусть будет польза и утешение. Но если вы получите немирную мысль против ближнего, принесите в ней покаяние Богу, при помощи Его изгоните ее из своего сердца *(митр. Филарет Московский).*

Злые духи более боятся молитвы умственной, нежели словесной (но должно наедине читать вслух себе, чтобы мысли посторонние не перебивали) *(игум. Вонифатий Киевский).*

Отцы учат нас не останавливать мыслей наших на тех людях, которые занимают лучше нас положение, хотя по-видимому не больше (или не меньше) имеют на то права, но лучше смотреть на тех, которые не менее или и более нас имеют права на положение приятное, но находятся в более неприятном, нежели мы. Первое ведет к ропоту или зависти, а последнее располагает быть довольным положением нашим.

Нельзя все духовным заниматься: надо какое-нибудь нехлопотливое рукоделие иметь, только браться за него надо, когда душа утомлена и ни читать, ни думать, ни Богу молиться не способна *(свт. Феофан Затворник).*

Помнится, еще покойный схиигумен о. Феодор рассказывал, как напал на него помысл юродствовать и несколько лет смущал его. - Да вот, слава Господу, избавил Он меня от этого искушения, заключил он свой рассказ.

Смотри прилежно, не вооружается ли на тебя гордый и тщеславный помысл, будто ты в служении ближним все прекрасно делаешь!... Отогнать ты его от себя ничем не можешь, как только безпрестанным самоукорением и уничижением самого себя *(старец Назарий Валаамский).*

...С каждою мыслию, доброю или недоброю, желанием, намерением, словом или делом происходят соответствующие перемены в сердце - спокойствие или безпокойствие, радости или скорби *(св. Иоанн Кронштадтский).*

Когда враг теснит меня греховным помыслом и чувством, и я, не имея свободы в сердце, изображу несколько раз с верою крестное знамение, то вдруг и грех мой отпадает от меня, и теснота исчезает, и я выхожу на свободу *(св. Иоанн Кронштадтский).*

Кто предается винопитию, тот не убежит навета помыслов.

В голове - толкучий рынок; так нельзя Богу молиться. Трудитесь над тем, чтобы сердце ваше было в каком-нибудь религиозном чувстве... Когда сердце в чувстве, помыслы не безпокоят и все ходят вокруг чувства... Во всякое слово вникайте и не мысль только читаемого воспроизводите в сознании, но и чувство соответственное возбуждайте *(свт. Феофан Затворник).*

Многие желали бы непременно на молитве создать для себя наперед тот или иной мысленный образ и Самого Божества. Святитель Феофан запрещает это. Он говорит: "Молясь Богу, лучше не воображать Его никак, а только веровать, что Он есть - есть близ, и все видит и слышит... Взывайте молитвенно, без всякого образа. Когда же размышляете о Божественном, тогда можно вообразить Господа, как потребуется... сидящим на престоле или распятым. Но во время молитвы никаких образов держать не следует".

Поставьте себе законом, всякий раз, как приключится беда, т.е. нападение вражие в виде худого помысла или чувства, особенно когда помыслы не отступают, не ограничиваться одним отражением и несогласием, но присоединять к нему молитву, до образования в душе противоположных чувств и мыслей. И всегда этим завершайте свою брань с грехом *(свт. Феофан Затворник).*

Все должно делать с рассуждением. Делать сверх силы милостыню или что-либо другое - нерассудительно, потому что приводит впоследствии делающего к смущению, унынию и ропоту. Потому и богатый имеет нужду в рассудительности, чтобы не следовать сверх силы своему помыслу и после не раскаиваться в том, что сделал.

Все демоны покушаются помрачить ум, а потом уже внушают, что им угодно. Ибо пока ум не смежит ока, не будет похищено сокровище. Демон же блуда гораздо более прочих старается о сем. Особенно он старается в борьбе с подвижниками и проводящими уединенную жизнь, употребляя всю хитрость, все коварство и все выдумки, чтобы нападать на них тем одним, что противоестественно, а не тем, что естественно... чтобы заслужили тем большее наказание *(св. Иоанн Лествичник).*

Какой толк (без доброй цели) разъезжать? Там все еще какое-либо добрецо сделаете, а в поездке что? Кроме суеты, развлечения, пустых мыслей - ничего *(свт. Феофан Затворник).*

У людей, старающихся провожать духовную жизнь, бывает самая тонкая и самая трудная война через помыслы: каждое мгновение жизни - война духовная *(св. Иоанн Кронштадтский).*

Старайся приходить в храм Божий к началу Богослужения и на пути к нему приготовляй себя через размышления о Божественном и более всего приводи на память себе свое недостоинство пред Богом; а на пути из храма Божия вспоминай, что там пели и читали, и особенно остановись мыслию на чтениях из Апостола и Евангелия.

Переходить в другое место (без важной причины) - эту мысль выкинь из головы: куда ты не пойди, то же и в другом месте будешь с твоим расположением к тоске духа твоего *(преп. Амвросий Оптинский).*

При решительном откровении пред старцем согрешений делами, словами и помышлениями, можно в один год преуспеть более, нежели при посредстве других подвигов, самых многотрудных, в течение десяти лет. Оттого враг и борет так сильно против этого спасительного делания *(свт. Игнатий Брянчанинов).*

После принятия Св. Тайн старайся как можно долее размышлять о величестве сего Таинства и не вдруг устремляй твои мысли на

обыкновенные твои занятия.

Неприязненность к худым, злым мыслям и чувствам - это сильное, неприятное врагу средство. К нему надо готовиться в мирном состоянии. Надо настоящую возбудить в себе ненависть против врага и приражений его *(свт. Феофан Затворник).*

Когда кто поучается в Священном Писании, упражняется в псалмах и пении, пребывает в посте и бдении, непрестанно памятует о будущем, Царстве Небесном, о геенне огненной и о всех делах Божиих, тогда худые мысли уменьшаются и появляются реже. Когда же кто, напротив, занимается мирскими и плотскими делами и вдается в пустые и суетные беседы, тогда худые мысли умножаются.

Св. Филофея Синайского
О ТРЕЗВЕНИИ

И так, будем со всевозможным старанием каждый час и мгновение хранить сердце наше от помыслов, помрачающих душевное зеркало, в котором изображается живо и написуется Иисус Христос - Премудрость и Сила Бога Отца, и во глубине сердца будем непрестанно искать Царствия Небесного. Зерно, бисер, и все прочее мы таинственно найдем внутри нас самих, если только очистим око ума нашего. Посему-то и Господь наш Иисус Христос сказал нам: *Царствие Божие внутрь вас есть* (Лк. 17, 21), показывая чрез сие, что внутри сердца живет Божество.

Прилог, говорят Св. Отцы, есть простой помысл, или образ вещи, случайно лишь только родившийся в сердце, и в уме представившийся; сочетание есть страстное или безстрастное собеседование с представившимся предметом; сосложение есть склонение души к зримому оком ума предмету со услаждением; пленение есть насильственное, принужденное увлечение сердца в плен, удержание в нем и слияние будто в одну жизнь с предметом пленившим; страсть собственно есть то, что чрез долговременный навык и пристрастие укоренилось в нашей душе. Первое из сих действий безгрешно; второе не совсем; третье - судя по состоянию подвизающегося; брань же заслуживает или награды, или наказания.

Подвижничество против бесов необходимо как монахам, так и всем христианам. Пленение иное бывает во время молитвы, иное не во время молитвы. Страсть без сомнения подлежит или равномерному покаянию, или будущему мучению. Итак, кто сопротивляется, или безстрастно относится к первому, т.е. прилогу, тот все нечистые действия сразу пресекает. Такова борьба злых духов с монахами и мирянами! За борьбою, как мы сказали, следует поражение или победа; за победою - награды или мучения согрешившим и нераскаявшимся. Итак, мы должны подвизаться мысленно против врагов своих, чтобы пагубные советы их не были исполнены нами самым делом. Очистив сердце от грехов, мы найдем в самих себе

Небесное Царство. Чрез столь благое дело мы сохраним и чистоту сердца, и постоянное благоговение пред Богом.

Многие из монахов не знают той прелести ума, которую они претерпевают от демонов. Занимаются прилежно обыкновенно делом своим; о уме, между тем, нимало не пекутся, в простоте, безхитростности проводят жизнь свою. Неощутившие в себе внутренней чистоты, они совсем не знают, по моему мнению, и внутреннего мрака гнусных страстей. Итак, не знающие той брани, о которой упоминает Апостол Павел, не могут утвердиться в добродетели; действительными грехами они почитают одни только видимые падения, не помышляя о мысленной победе и поражении. Потому что мысленная победа и поражение нимало не подлежат внешнему зрению; они таинственны, - они известны единому подвигоположнику - Богу и совести подвизающегося. Таковым, думаю я, сказано в Писании: *и рех, глаголет, мир. Но не бе мир* (Иезек. 13, 10). О братиях сих, которые таковы по своей простоте, должно молиться и, сколько можно, *научить их остерегаться не от видимых только худых дел, но и от того зла, которое действует в сердце.*